



# **CENTRO UNIVERSITÁRIO LUTERANO DE PALMAS**

*Recredenciado pela Portaria Ministerial nº 1.162, de 13/10/16, D.O.U nº 198, de 14/10/2016*  
ASSOCIAÇÃO EDUCACIONAL LUTERANA DO BRASIL

Fernanda Gomes de Oliveira

STRESS EM ADOLESCENTES CONCLUINTES DO ENSINO MÉDIO DE UMA  
INSTITUIÇÃO DE ENSINO PRIVADO DE PALMAS/TO

Palmas – TO

2017

Fernanda Gomes de Oliveira

STRESS EM ADOLESCENTES CONCLUINTEs DO ENSINO MÉDIO DE UMA  
INSTITUIÇÃO DE ENSINO PRIVADO DE PALMAS/TO

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) II elaborado e apresentado como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Psicologia pelo Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA).

Orientadora: Prof. Dra. Irenides Teixeira.

Palmas – TO

2017



Fernanda Gomes de Oliveira  
STRESS EM ADOLESCENTES CONCLUINTES DO ENSINO MÉDIO DE UMA  
INSTITUIÇÃO DE ENSINO PRIVADO DE PALMAS/TO

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) II elaborado e apresentado como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Psicologia pelo Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA).

Orientadora: Prof. Dra. Irenides Teixeira.

Aprovado em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

BANCA EXAMINADORA

---

Prof. Dra. Irenides Teixeira

Orientadora

Centro Universitário Luterano de Palmas – CEULP

---

Prof. Me. Fabiana Fleury Curado

Centro Universitário Luterano de Palmas – CEULP

---

Prof. Me. Cristina D’Ornellas Filipakis Souza

Centro Universitário Luterano de Palmas – CEULP

Palmas – TO

2017

## AGRADECIMENTOS

Acima de tudo, agradeço a Deus por me conceder oportunidades de crescimento incríveis, pela força e energia depositada em mim para concluir esta etapa da minha vida. Sou infinitamente grata aos meus pais, Fernando e Mercês, por confiarem nas minhas escolhas e me estimularem a continuar quando o cansaço falava mais forte. Às minhas irmãs, Camila e Maria Eduarda, sou grata pela companhia e pelas risadas que me faziam aliviar da tensão de estar prestes a entregar um trabalho de tanta relevância pessoal e acadêmica.

Agradeço a toda equipe da instituição de ensino participante, pela atenção, cordialidade e interesse em conhecer os frutos deste trabalho. Me faltam palavras para agradecer aos alunos que se voluntariaram e dedicaram um momento em meio às suas rotinas de estudo para que a pesquisa acontecesse. Foi um prazer imenso conhecer um pouco da história de vocês.

Não poderia deixar de agradecer minhas amigas de estágio, Thayanne, Olívia e Valdileide, pelos momentos de trocas, partilhas, lamentos e discussões produtivas que muito me ajudaram a produzir o que está aqui.

Às minhas amigas de longa data, Ana Paula, Carol, Danny, Iara e Gabi, por compreenderem o meu afastamento físico nesta fase corrida da minha formação e por acreditarem que tudo daria certo. Vocês são demais!

Ao meu namorado, Leonardo, que se fez presente todos os dias, apesar da distância de 2229 quilômetros que nos separa fisicamente. Agradeço a todas as mensagens de carinho e de força, e principalmente, pelo atencioso apoio técnico quando os meus recursos eram insuficientes para que o trabalho continuasse.

Gratidão, André, pelo bom humor, atenção e disponibilidade para me ajudar com a gramática, parte imprescindível do trabalho.

Muito obrigada, Fabiana e Cris, por aceitarem contribuir com a minha formação, pela sensibilidade ao pontuarem aspectos que precisavam ser melhorados e pelas dicas de leitura. Foi excelente tê-las na banca avaliadora.

Por fim, à minha queridíssima orientadora Irenides. Sou eternamente grata pela experiência de trabalhar em sua companhia e pela sua confiança em meus projetos, em meus sonhos. O mundo precisa de pessoas como você, a academia mais ainda!

## RESUMO

OLIVEIRA, Fernanda Gomes **STRESS EM ADOLESCENTES CONCLUINTES DO ENSINO MÉDIO DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO PRIVADO DE PALMAS/TO.**

2017. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Psicologia, Centro Universitário Luterano de Palmas, Palmas/TO, 2017.

Este trabalho teve como objetivo avaliar, por meio de uma pesquisa aplicada, de natureza qualitativa e exploratória, a prevalência de stress em alunos concluintes do Ensino Médio de uma instituição de ensino privado de Palmas/TO, por meio da aplicação da Escala de Stress para Adolescentes - ESA. Buscou ainda, identificar, por meio da análise de conteúdo, a ocorrência de fontes externas e internas de stress mais comuns na adolescência, como propõe Marilda Emmanuel Novaes Lipp, no relato de cada aluno. A amostra da pesquisa foi composta por 15 alunos da terceira série, dentre os quais 11 eram do sexo feminino e 4 do sexo masculino, com idades entre 16 e 18. Analisados os dados, verificou-se que 86% dos participantes apresentaram nível de stress elevado. Em seus discursos, descantam-se temas voltados ao Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM), à metodologia de ensino utilizada pelo colégio, escolha profissional, conflitos com os colegas de classe, mudanças significativas e desacordo entre as exigências e expectativas e seu verdadeiro potencial para alcançá-las. Notou-se a considerável necessidade de acompanhamento psicológico a esses alunos. Mais pesquisas devem ser realizadas, envolvendo também alunos de instituições privadas e públicas, para subsidiarem intervenções destinadas a essa população.

**Palavras-chaves:** Adolescência. Ensino Médio. Escala de Stress para Adolescentes.

## **ABSTRACT**

This study aimed to evaluate, through an applied research, of a qualitative and exploratory nature, the prevalence of stress in high school students of a private institution of Palmas / TO, through the application of the Stress Scale for Adolescents. It also sought to identify, through content analysis, the occurrence of most common external and internal sources of stress in adolescence, as proposed by Marilda Emmanuel Novaes Lipp, in each student's report. The study sample consisted of 15 third-grade students, of whom 11 were female and 4 were males, aged between 16 and 18 years. Analyzed data showed that 86% of participants had a high stress level. In their speeches, themes related to the National High School Examination (ENEM), the teaching methodology used by the college, professional choice, conflicts with classmates, significant changes and disagreement between demands and expectations and their true potential to reach them. The considerable need for psychological counseling to these students was noted. More research should be done, also involving students from public institutions, to subsidize interventions aimed at this population.

**Key-words:** Adolescence. High school. Stress Scale for Adolescents.

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

|  |    |
|--|----|
| Gráfico 1 – Gráfico da quantidade de alunos com stress e sem stress.....                         | 24 |
| Gráfico 2 – Gráfico do número de alunos com escores acima do ponto de corte em cada sintoma..... | 25 |
| Gráfico 3 – Gráfico do número de alunos presentes em cada fase do stress.....                    | 25 |
| Quadro 1- Identificação dos participantes da pesquisa.....                                       | 27 |

**LISTA DE TABELAS**

|   |                    |
|---|--------------------|
| Tabela 1 – Fontes externas e internas de stress no contexto de vida de cada aluno a partir de seus discursos..... | 28, 29, 30, 31, 32 |
|---|--------------------|

**LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

|       |  |
|-------|--|
| OMS   | Organização Mundial da Saúde               |
| ONU   | Organização das Nações Unidas              |
| ECA   | Estatuto da Criança e do Adolescente       |
| ESA   | Escala de Stress para Adolescentes         |
| ENEM  | Exame Nacional do Ensino Médio             |
| MEC   | Ministério da Educação                     |
| TCLE  | Termo de Consentimento Livre e Esclarecido |
| TALE  | Termo de Assentimento Livre e Esclarecido  |
| SEPSI | Serviço Escola de Psicologia               |

## SUMÁRIO

|  |           |
|--|-----------|
| <b>1 INTRODUÇÃO .....</b>  | <b>7</b>  |
| <b>2 REFERENCIAL TEÓRICO .....</b>   | <b>10</b> |
| 2.1 ADOLESCÊNCIA: DESENVOLVIMENTO E CRISE .....  | 10        |
| 2.2 ESCOLHA PROFISSIONAL E STRESS .....  | 13        |
| 2.3 SINTOMATOLOGIA DE STRESS NA ADOLESCÊNCIA SEGUNDO MARILDA<br>EMMANUEL NOVAES LIPP ..... | 16        |
| <b>3 METODOLOGIA.....</b>  | <b>20</b> |
| 3.1 DESENHO DO ESTUDO (TIPO DE ESTUDO) .....   | 20        |
| 3.2 PARTICIPANTES .....  | 20        |
| 3.3 INSTRUMENTOS .....   | 21        |
| 3.4 PROCEDIMENTOS.....   | 21        |
| 3.5 TRATAMENTO E ANÁLISE DOS DADOS .....   | 22        |
| <b>4 RESULTADOS E DISCUSSÕES .....</b>   | <b>24</b> |
| <b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>   | <b>37</b> |
| <b>REFERÊNCIAS .....</b>   | <b>39</b> |
| <b>APÊNDICES.....</b>  | <b>42</b> |
| TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO- TCLE.....                                      | 43        |
| TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO- TALE.....                                       | 45        |
| ROTEIRO PARA ENTREVISTA .....  | 48        |
| DECLARAÇÃO DE INSTITUIÇÃO COPARTICIPANTE .....   | 49        |
| <b>ANEXOS .....</b>  | <b>50</b> |

## 1 INTRODUÇÃO

A literatura aponta que a adolescência é uma fase do ciclo vital marcada por grandes transformações (BEE, 1997; ERIKSON, 1972; PEREIRA, 2005). Nesse período, diversas alterações físicas, psicológicas e sociais ocorrem. Além disso, o jovem se vê frente a responsabilidades que antes não lhe eram atribuídas, substituindo atividades infantis em função da entrada na vida adulta.

Na adolescência, fase que foi culturalmente aceita e inserida no curso do desenvolvimento humano a partir das transformações advindas da Revolução Industrial, ocorre, na maioria dos casos, a maturação fisiológica e biológica dos indivíduos, denominada puberdade. Marcada pelo desenvolvimento sexual, a puberdade determina o papel de procriação do ser humano na sociedade e traz uma série de mudanças psicológicas (COLL; PALACIOS; MARCHESI, 2004).

Acerca das mudanças fisiológicas, a adolescência está atrelada a ocorrência da puberdade, que corresponde à maturação hormonal do

A conclusão do Ensino Médio e a busca por uma profissão também são questões fundamentais presentes na adolescência. Dessa forma, ingressar na faculdade torna-se prioridade para muitos jovens. Silvestre (2004) aborda em seus estudos a importância dada às provas de ingresso ao Ensino Superior por parte dos alunos, em função do desejo de alcançar ascensão social advinda da formação acadêmica, o que torna esses exames em eventos geradores de ansiedade, haja vista seu caráter classificatório e excludente e, ainda, seu alto nível de complexidade.

Assim, para grande parte dos adolescentes, os exames para ingressar no Ensino Superior podem ser considerados potenciais fontes de stress, que se expressa, como afirma Lipp (2014), por meio de redução de memória, sonolência, perda de concentração, irritabilidade, entre outros sintomas.

De modo geral, a adolescência é compreendida como um período conflituoso, não só pelos adultos, mas também pelos próprios adolescentes. Para a grande maioria desses, esse momento da vida é marcado por sentimentos ambivalentes. Porém, importa mencionar, que não são todos os adolescentes que passam por crises marcantes, já que existem alguns que, aparentemente, passam por essa fase do desenvolvimento sem grandes conflitos (LIPP, 2014).

A Psicologia, enquanto ciência que investiga o comportamento humano e suas interações com o ambiente físico e social, torna-se uma das responsáveis por essa discussão, tendo como princípios básicos de sua atuação a promoção de saúde, contribuindo para a

prevenção do adoecimento psíquico nesse grupo da sociedade, por meio de acompanhamento e orientação, no contexto clínico e educacional.

Diante disso, a pesquisa pautou-se no seguinte problema: Qual o índice de stress em alunos concluintes do Ensino Médio em uma instituição de ensino privado de Palmas/TO?

O adolescente vestibulando é consciente da tomada de decisão que está prestes a tomar, bem como dos efeitos que esta escolha acarretará em sua vida, sendo assim, a questão da escolha profissional é mais uma forma de origem de stress nessa fase da vida (ROCHA, 2006). Atrelado à dificuldade de definir sua identidade profissional, o adolescente vivencia nesse mesmo período o processo de preparo para as provas de ingresso ao Ensino Superior, no qual muitos estudantes assumem uma árdua rotina de estudos e alteram hábitos de vida, afetando sua alimentação, sono e relacionamentos sociais pretendendo uma vaga, que muitas vezes possui ampla concorrência, nas instituições de Ensino Superior (RODRIGUES; PELISOLI, 2008).

De tal maneira, em meio a seu desenvolvimento cognitivo, emocional, afetivo e social, o impacto dos processos seletivos na vida de muitos adolescentes pode gerar altos níveis de tensão, às vezes ultrapassando sua maturidade para lidar com tais ocasiões. Dessa forma, o aluno concluinte do ensino médio pode experimentar os efeitos negativos do stress, dentre eles a ansiedade, insônia, agressividade, problemas escolares, isolamento, dificuldades para se relacionar, enxaquecas, dores nas costas, problemas dermatológicos, entre outros.

Nesse contexto, estabeleceu-se como objetivo de pesquisa analisar a presença de stress em alunos concluintes do Ensino Médio de uma instituição privada de Palmas/TO e os objetivos específicos pesquisados foram: verificar a prevalência de stress destes alunos por meio da Escala de Stress para Adolescentes (ESA) e identificar, por meio da análise de conteúdo, a ocorrência de fontes externas e internas de stress que são teorizadas por Marilda Emmanuel Novaes Lipp (2014), segundo o relato de cada estudante.

Autores como Rocha (2006), Bartalotti e Menezes-Filho (2007) e Rodrigues e Pelisoli (2008) apontam que, para a maior parte da sociedade brasileira, as provas de ingresso ao Ensino Superior representam uma das principais formas de vislumbrar oportunidades de trabalho e desenvolvimento profissional e pessoal. Sabe-se também que esse momento acadêmico acontece, para a maioria das pessoas, nesse período conturbado da vida, repleto de transformações físicas, psíquicas e sociais: a adolescência (SANTOS, 2005).

Para Bohoslavsky (1998), na maioria dos casos, a escolha profissional ocorre na adolescência, fase de grandes e contínuas mudanças, que podem ocasionar um período de crises intensas. Assim sendo, chega a ser surpreendente que, em meio a diversos conflitos, o adolescente consiga realizar ações tão importantes como: “definir-se ideológica, religiosa e

eticamente, definir sua identidade sexual e sua identidade ocupacional” (BOHOSLAVSKY, 1998, p. 29).

Assim, a conjugação dessa fase do desenvolvimento humano, com os diversos fatores que envolvem a escolha profissional, e o preparo para as provas classificatórias dos cursos universitários, os quais muitas vezes possuem grande concorrência e alto nível de dificuldade, podem ocasionar em sofrimento psíquico, fisiológico e social.

Dessa forma, conhecer e compreender como o adolescente vivencia este processo pode auxiliar na elaboração de estratégias, por parte dos profissionais de Psicologia e dos educadores, que visem minimizar o stress que o pré-vestibulando possa vir a experimentar. Tem-se assim, uma das formas de atuação da Psicologia no contexto educacional e clínico.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

A adolescência é conhecida como um período difícil no ciclo vital, uma vez que grandes mudanças ocorrem no aspecto físico e psicológico do sujeito por conta de alterações biológicas agregadas às incertezas quanto ao futuro e ao sentido da existência do adolescente. Para Bohoslavsky (1998), essa imagem de uma fase conturbada, de crise, pode esconder a ideia de reajustamento que complementa a adolescência. Para o autor, todo adolescente é um ser em crise, pois está se desestruturando e reestruturando o seu interior e suas relações com o mundo exterior.

Nesta passagem, escolher uma profissão, a necessidade de ser aprovado no Ensino Superior, ingressar em uma faculdade pública, levar em consideração a relação custo benefício da profissão escolhida no mercado de trabalho e, ainda, se essa escolha lhe trará satisfação em exercê-la, o medo da reprovação na série escolar em que se encontra, são fatores que podem causar desequilíbrio interno no adolescente e provocar stress.

A terceira série do Ensino Médio corresponde a uma fase de transição, na qual o adolescente se depara com muitos estressores. Para atender às exigências acadêmicas, os alunos muitas vezes necessitam estudar por longas horas e muitos ainda precisam lidar com a pressão dos pais e dos professores para alcançarem o objetivo da aprovação a nível superior. Desta forma, faz-se necessário o aprofundamento teórico sobre as diversas nuances que permeiam a adolescência e a fase de conclusão do Ensino Médio, a fim de embasar pesquisas e intervenções que atendam tanto os adolescentes quanto seus familiares e a comunidade escolar.

### **2.1 Adolescência: Desenvolvimento e Crise**

O desenvolvimento, dentro do ciclo vital, abarca amplamente o crescimento, a maturação e a aprendizagem. As mudanças evolutivas, cumulativas e irreversíveis, são simbólicas da organização estrutural e da conduta do ser humano. Sabe-se também que esse processo, que segue em direção à maturidade, é descrito em termos de estágios que o indivíduo percorre, independentemente do seu contexto social ou cultural (PEREIRA, 2005).

A adolescência, segundo a Psicologia do desenvolvimento, diz respeito a um dos estágios do ciclo vital, e não um estado, marcado pelas mudanças psicológicas que acontecem num período transitório entre a infância e a idade adulta. Ou seja, a adolescência representa um período de formação, de preparação para a vida adulta, não uma condição estática e permanente (PEREIRA, 2005).

Coll, Palacios e Marchesi (2004) destacam duas grandes mudanças distintas que podem ocorrer simultaneamente durante o desenvolvimento humano: a puberdade e a adolescência. Os

autores chamam de puberdade o conjunto de mudanças físicas do corpo, que passa a ser capaz de se reproduzir sexualmente. Ou seja, a puberdade corresponde a um fato biológico universal na espécie humana. Já a adolescência é tratada como um período psicossociológico, que dura vários anos e marca a transição da infância para a idade adulta, não sendo necessariamente universal, podendo diferir entre as mais variadas culturas e sociedades.

O momento de tal transição difere entre as sociedades e os indivíduos em uma cultura, mas todas as crianças necessitam destas mudanças de forma a alcançar o estado adulto. Eisenstein (2005) aponta que, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), os limites cronológicos para a adolescência definem-se entre 10 e 19 anos. Já a Organização das Nações Unidas (ONU) marca entre 15 e 24 anos, sendo este critério usado principalmente para fins estatísticos e políticos.

Segundo o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), Lei 8.069, de 1990, a pessoa com até 12 anos de idade incompletos é considerada criança. Como disposto no artigo 2º, o adolescente corresponde àqueles que estão 12 e 18 anos de idade, e, em casos excepcionais e quando previsto na lei, pode-se aplicar o estatuto até os 21 anos de idade (artigos 121 e 142) (EISENSTEIN, 2005).

Helen Bee (1997) apresenta a adolescência como o período presente, psicológica e culturalmente, entre a “meninice” e a “vida adulta”, sem uma faixa etária específica. Segundo a autora, esta fase representa um período de transição em que a criança enfrenta mudanças físicas, mentais e emocionais, tornando-se um adulto.

A problemática da adolescência se inicia com as mudanças corporais do indivíduo, com a determinação do seu papel na procriação e segue com mudanças psicológicas. Precisa desertar a sua condição de criança, igualmente de ser tratado como criança, uma vez que, ao se tornar adolescente, ser tratado dessa maneira pode soar depreciativo (ABERASTURY; KNOBEL, 1981).

Considerando-se o aspecto cultural, segundo Pereira (2005), ao passo que as sociedades modernas industrializadas se tornaram mais complexas, criou-se um intervalo de aprendizagem entre a maturidade biológica e a maturidade social, o que provocou um prolongamento de tempo para a tomada de responsabilidades adultas, advindo daí a adolescência como é hoje conhecida.

Sobre este intervalo, Coll, Palacios e Marchesi (2004) salientam que até o final do século XIX, as crianças começavam a trabalhar por volta dos sete anos de idade, poucas estudavam e as que tinham acesso aos estudos não eram reunidas por níveis de idades diferentes, nem permaneciam por muito tempo no meio educacional. “Não existia uma cultura adolescente, nem

a adolescência era considerada como uma fase particular do desenvolvimento” (COLL; PALACIOS; MARCHESI, 2004, p. 264).

Foi a partir da Revolução Industrial, no ocidente, e o acesso significativamente maior das crianças à escolaridade, que se retardou a incorporação dos adolescentes no status adulto, o que possibilitou a formação de um novo grupo, o qual passou a desenvolver hábitos e maneiras próprias, e se deparar com problemas peculiares (COLL; PALACIOS; MARCHESI, 2004).

Assim, os fenômenos psicológicos da adolescência “não são necessariamente, em nossa sociedade, apenas um correlato natural das mudanças físicas da puberdade, mas também uma construção cultural, produto da complexidade das mudanças sociais” (PEREIRA, 2005, p. 2). Nesse sentido, Aberastury e Knobel (1981) também citam que, além do fundamento psicobiológico que lhe dá características universais, toda adolescência possui as características culturais, históricas e sociais.

Um dos principais autores da Psicologia do desenvolvimento, Erikson (1972 apud Carvalho, 1996) afirma que uma verdadeira revolução acontece nesse período. Para ele, o indivíduo é pressionado a reavaliar e redefinir quem ele é no mundo, “integrando o passado com suas identificações e conflitos, e o futuro com suas perspectivas e antecipações” (p. 130).

Nesse ínterim, descobrir-se a si mesmo torna-se o tema central da adolescência, fase de aprender a conhecer um novo corpo, com suas competências emocionais e comportamentais, adequando-os a sua autoimagem. Os adolescentes devem ainda buscar o espaço que ocuparão na sociedade adulta, o que provoca progressivamente uma consciência de si próprio (PEREIRA, 2005).

Para Aberastury e Knobel (1981), o adolescente sente que deve programar a sua vida, estar no controle das mudanças contínuas, adaptar o mundo externo às suas urgentes necessidades, o que justifica seus anseios por reformas sociais. A autora reconhece que, nesse estágio, o sofrimento, a contradição e os transtornos podem ser passageiros e elaboráveis, mas são inevitáveis.

Como se pode verificar, a adolescência é um período de intensas e significativas transformações, oportunizando, assim, o desencadeamento ou aparecimento de psicopatologias. Porém, quando se pode reconhecer os quadros clínicos, as condutas adequadas e os diferentes estudos sobre o que provoca o adoecimento, torna-se possível auxiliar efetivamente no decorrer dessa etapa tão importante do desenvolvimento humano (KNOBEL, 1994 apud TRICOLI, 2005).

## 2.2 Escolha Profissional e Stress

Segundo Erikson (1972 apud CARVALHO, 1996), escolher uma profissão ou realizar uma vocação são características que estão diretamente relacionadas ao sentimento desenvolvido de ser capaz de realizar bem determinadas atividades. A incapacidade para escolher ou a paralisia operacional podem ser originadas do sentimento de inferioridade.

O sentimento de inferioridade leva o indivíduo a sentir-se incapaz de fazer escolhas profissionais, de realizar alguma coisa adaptada às exigências tecnológicas de seu ambiente. Uma vez feita a escolha, que interferirá diretamente na delimitação da própria identidade e, ainda mais, na posição que essa identidade passará a ocupar no âmbito social o que, por sua vez, possibilitará uma redefinição das fronteiras individuais (ERIKSON, 1972 apud CARVALHO, 1996, p. 133).

Como visto, a adolescência é um momento indiscutivelmente marcado por alterações significativas. Além disso, é nesta fase que emerge a problemática da escolha profissional. O adolescente se aproxima de uma tomada de decisão que acarretará efeitos que poderão cerca-lo pelo resto de sua vida. De acordo com Levenfus (1997), à medida que o indivíduo cresce, boa parte da angústia sobre si mesmo liga-se às escolhas e aos conflitos surgidos na administração da própria vida. A autora afirma ainda que: “eleger uma profissão é uma das grandes escolhas que se faz na vida” (p. 35). Dessa forma, escolher uma profissional torna-se um evento estressor a mais nesse período da vida (ROCHA et al, 2006).

Nesse contexto, Lipp (2014) acrescenta que a escolha profissional se torna um desafio para o adolescente em decorrência da proporção das consequências que ela acarretará em sua vida, visto que, ao escolher um curso a seguir, o indivíduo está escolhendo também hábitos e atividades que passará grande parte da vida realizando.

Definir a identidade é, portanto, fundamental para escolher uma profissão, pois, ao identificar sua forma de ser e agir, o adolescente aumenta as chances de optar por uma profissão que esteja dentro de seus gostos, habilidades e personalidade. Porém, o momento de escolha profissional geralmente ocorre ao término do Ensino Médio, quando, para muitos adolescentes, o processo de autoconhecimento ainda não é maduro o suficiente para realizar escolhas assertivamente (LIPP, 2014).

Nas mudanças implícitas na adolescência, o indivíduo deve encontrar formas diversas para se adaptar a áreas e níveis diferentes e defrontará, nesse processo, com dificuldades que, a depender da proporção, determinará uma adolescência mais ou menos tensa. Uma das áreas em que ocorrerá essa adaptação corresponde precisamente ao estudo e ao trabalho, os quais são interpretados como uma trilha para alcançar papéis sociais adultos. Assim, a identidade

ocupacional é alcançada quando todo este processo adaptativo se realiza no âmbito psicológico (BOHOSLAVSKY, 1998).

De acordo com Bohoslavsky (1998, p.30), “a identidade ocupacional é a autopercepção, ao longo do tempo, em termos de papéis ocupacionais”. O autor chama de ocupação o conjunto de expectativas em relação ao papel. Com isto, assinala o caráter estrutural do problema abordado, já que a ocupação não é algo definido a partir do meio interno ou externo dos indivíduos, mas da sua interação. As “ocupações” são os nomes que os demais indivíduos atribuem às suas expectativas em relação ao papel de um indivíduo. O papel é descrito pelo autor como uma série de ações aprendidas, executadas por uma pessoa em situação de interação.

Desse modo, considerando as perspectivas pessoais já mencionadas, a escolha profissional é influenciada na base da relação com os outros, por aspectos políticos, familiares, educacionais, econômicos, sociais e psicológicos. Assim, o adolescente é envolto por expectativas e projetos tanto da sociedade quanto de seus familiares, desencadeando angústia e ansiedade no seu processo de tomada de decisão (RODRIGUES; PELISOLI, 2008).

A etapa que segue, após realizar a escolha de qual curso ingressar para se tornar graduado, corresponde às provas de vestibular e do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem), que, no Brasil, são as duas principais formas de adentrar no Ensino Superior. De tal maneira, estas provas “simbolizam a entrada do jovem para o mundo adulto e do trabalho” (RODRIGUES; PELISOLI, 2008, p. 172).

Sobre esta etapa, cabe fazer uma breve explanação acerca do Enem, que recentemente tornou-se fortemente relevante aos pré-vestibulandos, uma vez que a maioria das universidades públicas passou a utilizar sua pontuação como forma de seleção aos cursos de Ensino Superior.

Este exame foi criado em 1998, com o intuito de medir o desempenho do estudante concludente da escolaridade básica, buscando promover o desenvolvimento das competências e habilidades pela educação. Desde 2004, o Enem é utilizado para selecionar os estudantes que almejam uma bolsa no Programa Universidade para Todos (ProUni). Além disso, mais de 500 instituições de Ensino Superior públicas e privadas passaram a adotar a nota obtida no exame como seleção de ingresso, de forma a completar a nota do vestibular ou substituindo-o (ANDRIOLA, 2011).

Andriola (2011) traz que em 2010 o Ministério da Educação (MEC) apresentou um projeto para reformular o Enem e utilizá-lo como forma de seleção unificada na seleção das Instituições Federais de Ensino Superior. Nesta nova proposta, o exame passou a ser composto por quatro áreas do conhecimento humano, sendo elas: “a) linguagens, códigos e suas tecnologias (incluindo redação); b) ciências humanas e suas tecnologias; c) ciências da natureza

e suas tecnologias; e d) matemática e suas tecnologias” (p. 115). Cada grupo composto por 45 itens objetivos, aplicados em dois dias, formando assim um conjunto de 180 questões.

Assim, para regulamentar a seleção que utiliza a pontuação do Enem, foi criado o Sistema de Seleção Unificada (Sisu), que corresponde a um sistema informatizado, gerenciado pelo MEC, pelo qual as instituições de Ensino Superior públicas oferecem vagas aos candidatos que realizaram o exame (BRASIL, 2017).

Em 2017 o MEC anunciou diversas mudanças na aplicação do Enem. Dentre elas está o intervalo de uma semana entre os dois blocos de provas realizados antes. Neste ano, o exame foi realizado em dois domingos seguidos, não mais no sábado e domingo do mesmo final de semana. A redação, que era feita no segundo dia de prova, passou a ser aplicada no primeiro juntamente com as provas de linguagem.

Nesse âmbito, a pressão sobre os estudantes se intensifica, tendo em vista a dificuldade das provas e a ampla concorrência por uma vaga em determinados cursos, principalmente nas instituições públicas. No que tange à realidade de Palmas/TO, os dados fornecidos pelo site da Universidade Federal do Tocantins (UFT) para as vagas disponíveis em 2016 são ilustrativos. ([http://www.copese.uft.edu.br/index.php?option=com\\_docman&task=doc\\_download&gid=4886](http://www.copese.uft.edu.br/index.php?option=com_docman&task=doc_download&gid=4886)).

Para o curso de Medicina, a concorrência chegou a 150 candidatos por vaga e nota de corte igual a 771,99, enquanto Direito chegou a marca de 85 candidatos por vaga e nota de corte igual 707,69, seguido por Enfermagem com 52 candidatos por vaga e nota de corte igual 663,01; Arquitetura com 49 candidatos por vaga e nota de corte igual a 702,73; Nutrição com 42 candidatos por vaga e nota de corte igual a 649,82; Engenharia Civil com 33 candidatos por vaga e nota de corte igual a 714,54 e Administração com 30 candidatos por vaga e nota de corte igual a 649,12.

Sobre a alta concorrência em cursos específicos, Bartalotti e Menezes-Filho (2007) apontam que “fatores como renda, perspectiva de empregabilidade, taxa de retorno, status associado à carreira ou vocação fazem parte do processo de decisão individual. A renda e a taxa de retorno recebem papel de destaque na literatura sobre o tema” (p. 490). Portanto, que os cursos que apresentam maiores concorrências tendem a ser respectivamente aqueles que podem trazer ao indivíduo melhores salários e maior reconhecimento.

No entanto, cresce a procura por cursos que, até então, não gozam de muito prestígio da sociedade tampouco de salários atrativos, tendo em vista o cenário profissional brasileiro. A graduação de Psicologia é um exemplo desta afirmação, sendo uma das dez mais procuradas no país, segundo dados do Sisu (BRASIL, 2017).

Em suma, em meio à turbulência emocional vivenciada pelo adolescente, tem-se a responsabilidade pelo comprometimento com a escolha da carreira futura. A união desses eventos provoca condições propícias para a tensão e o estresse emocional (ROCHA, 2006).

Rodrigues e Pelisoli (2008, p.173) apontam a importância de estudos sobre adolescentes pré-vestibulandos, afirmando que:

A espera e a preparação até o dia da prova, o fato de esse processo seletivo se caracterizar como uma competição e a ideia de que somente os melhores obtêm aprovação e de que o sucesso depende não somente do próprio esforço do candidato, mas também do desempenho dos outros candidatos, são fatores que contribuem para a formação e manutenção de um processo ansioso.

Deste modo, ao preparar-se para o vestibular, o adolescente se depara com, além das incertezas inerentes ao seu processo de desenvolvimento, a cobrança pessoal, da família e da própria sociedade para aprovação no processo seletivo, que, na maioria das vezes, consiste numa barreira entre o aluno e o Ensino Superior, dado o seu nível de dificuldade, a ampla concorrência por uma vaga e seu caráter classificatório. Esse contexto pode contribuir para o aparecimento de patologias que prejudiquem a desenvoltura do candidato durante as provas (RODRIGUE; PELISOLI, 2008).

Logo, recomenda-se que os adolescentes que vivenciam esse período recebam acompanhamento e orientações adequadas por parte dos educadores, familiares e psicólogos, a fim de evitar o agravamento de sintomas de stress que coloquem em risco sua a saúde física e mental.

### **2.3 Sintomatologia de Stress na Adolescência segundo Marilda Emmanuel Novaes Lipp**

O stress tem adquirido um papel importante no campo de estudos com debates em diversos âmbitos, dada a sua presença no dia-a-dia dos seres humanos (PERUZZO *et al.*, 2008). Desta forma, faz-se necessária a compreensão de como esse fenômeno age no organismo e atinge a vida dos indivíduos.

A psicóloga, pesquisadora e escritora brasileira Marilda Emmanuel Novaes Lipp é uma das principais referências no que diz respeito a pesquisas e treinamentos na área de stress e qualidade de vida em todas as fases do desenvolvimento humano. A autora orientou a elaboração e desenvolveu instrumentos que permitem medir quantitativamente o stress no âmbito da Psicologia, dentre os quais pode-se mencionar o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL), a Escala de Stress Infantil (ESI) e a Escala de Stress para Adolescentes (ESA), todas criadas com o propósito de facilitar o diagnóstico em atendimentos clínicos e pesquisas.

Lipp (2000) caracteriza o stress como uma reação do organismo frente a situações que estimulem, amedrontem ou deixem a pessoa muito feliz. A mesma autora (1995) enfatiza que o stress deve ser considerado como um desgaste total do organismo, ocasionado por estímulos que o desequilibrem internamente. Esses estímulos podem ser agradáveis ou desagradáveis e podem ocasionar sentimentos como medo e irritação ou até mesmo felicidade e prazer.

Nesse sentido, Selye (1965 apud Tricoli; Lipp, 2005) descreve o conjunto de alterações não-específicas que o organismo enfrenta à medida que é exposto a um agente estressor, fenômeno este intitulado Síndrome Geral de Adaptação (SAG) e engloba as fases de alerta, resistência e exaustão.

Alerta é a fase notada pelo aumento da frequência cardíaca e da pressão arterial, bem como por uma série de eventos fisiológicos. Se bem administrada pelo indivíduo, essa fase pode ser utilizada a seu favor, dado o aumento de adrenalina e, por conseguinte, o aumento de energia.

Porém, se esse estado de alerta for mantido por muito tempo, o indivíduo entra na fase de resistência, o que caracteriza a segunda fase. Nela, o organismo tenta se acomodar e utiliza suas reservas adaptativas, buscando o reequilíbrio interno. Os principais sintomas apresentados condizem com o desgaste generalizado e dificuldades com a memória. Caso não haja eliminação ou controle desses sintomas, o indivíduo se aproximará da fase de exaustão e diversas doenças somáticas podem aparecer.

Na terceira fase, a principal característica é a impossibilidade do indivíduo de lutar ou de fugir do estressor que perdurará por muito tempo. Outra característica importante é a ocorrência de diversos estressores simultaneamente. Na fase de exaustão muitas doenças são diagnosticadas, tanto no âmbito psicológico quanto no fisiológico (TRICOLI; LIPP, 2005).

Para identificar o stress na adolescência, faz-se necessário compreender os elementos relacionados ao quadro desse período do ciclo vital. Os elementos, segundo Lipp (2014), geradores de stress podem ser de origem interna ou externa, ligados aos sintomas de stress característicos dessa fase de desenvolvimento.

Por meio do tratamento de inúmeros adolescentes que apresentavam sintomas de stress mais ou menos intensos, Lipp (2014, p. 165 e 166) apresenta como fontes externas de stress mais comuns na adolescência:

Certos métodos de ensino escolar; conflitos com os pais; problemas com namorado (a); disciplina confusa em casa e na escola; doença e hospitalização; excesso de atividades; exigência ou rejeição por parte dos colegas; escolha profissional; morte na família, principalmente de pais e irmãos; mudanças significativas e frequentes na vida; pais e professores estressados; perda da condição de vida; punições legais;

punições injustas; responsabilidades excessivas; rejeição do par romântico; separação dos pais ou brigas frequentes; vestibular.

Neste cenário, Rocha et. al. (2006) salienta que os eventos estressores podem ser diferenciados em independentes e dependentes. Os eventos independentes consistem naqueles que fogem da capacidade de controle do sujeito como, por exemplo, a chegada da fase de tomar decisões de grande importância, onde pode-se mencionar a fase de escolha profissional e de realizar provas de vestibular. Os eventos dependentes, por sua vez, são aqueles intrinsecamente ligados à forma como a pessoa agirá perante uma situação. A forma como ela se posicionará com a chegada dos processos seletivos é um evento estressor dependente. Sendo assim, os exames para adentrar no Ensino Superior um evento independente que desencadeará um evento estressor dependente.

Lipp (2014) aponta que os eventos estressores externos podem, indiscutivelmente, gerar stress. Porém, muitas vezes o próprio adolescente, dotado de suas características pessoais e história de vida, gera o stress. Chama-se esses de fontes internas de stress, ou seja, eventos que ocorrem internamente no indivíduo e definem seu modo de pensar, sentir e agir, originando, então, o stress (LIPP, 2014).

Destacam-se como fontes internas de stress:

Desejo de agradar; ansiedade; dúvidas quanto a inteligência, capacidade, beleza etc; insegurança; autoestima baixa; desacordo entre as expectativas e exigências de sucesso e o verdadeiro potencial; medo do fracasso; medos relacionados a exposição ou rejeição social; preocupação com as mudanças físicas; sentimento de injustiça sem ter como se defender; timidez (LIPP, 2014, p. 166 e 167)

As observações feitas nesses tratamentos e em diversas pesquisas também possibilitaram à autora (2014) verificar que os sintomas de stress se agrupam em:

- Sintomas psicológicos- irritação, tristeza, impaciência, desânimo, intolerância, sensibilidade aumentada, entre outros;
- Sintomas cognitivos- dificuldades de aprendizagem, falta de concentração, problemas com a memória e o sono;
- Sintomas fisiológicos- dores de cabeça, dores nas costas, dores no peito, mãos frias, sudorese excessiva, gripes frequentes e outros;
- Sintomas interpessoais- dificuldade para fazer parte de grupos, isolamento, dificuldades de relacionamento e para manter vínculos afetivos.

O início da reação de stress é semelhante em todas as pessoas: taquicardia, tensão muscular, sudorese, boca seca e sensação de alerta (LIPP, 2001). O stress pode se estender por

um longo período e se tornar cada vez mais intenso, a depender da situação considerada estressante perdurar ou da incapacidade do sujeito em perceber o que está havendo consigo.

Essa duração mais prolongada pode desencadear sérios problemas para o jovem, pois a sintomatologia tende a se agravar e a demora é maior para que o organismo se reequilibre, o que exige dele um maior desgaste na tentativa de se adaptar à situação estressante (LIPP, 2014, p. 159).

Lipp (2014) assinala, ainda, que para realizar o diagnóstico tendo como base a sintomatologia, é necessário que os sintomas estejam presentes em um conglomerado e por determinado tempo. É importante considerar também a inexistência de outra patologia que acarrete os referidos sintomas. A Escala de Stress para Adolescentes (ESA) foi criada de tal maneira que se tornasse viável para uma avaliação bastante precisa.

A ESA, como instrumento de avaliação psicológica, permite avaliar os sintomas de stress quantitativamente e, integrando seu resultado com uma avaliação qualitativa, como por meio de uma entrevista, por exemplo, pode favorecer a compreensão do quadro de stress em que o adolescente se encontra, possibilitando assim, medidas de intervenção profilática no contexto escolar e clínico.

### **3 METODOLOGIA**

#### **3.1 Desenho do Estudo (Tipo de Estudo)**

A finalidade deste estudo é definida inicialmente como uma pesquisa aplicada, a qual, como propõe Gil (2010), objetiva, por sua metodologia, promover conhecimentos para aplicação prática, voltados para a solução de problemas específicos.

Quanto ao objetivo metodológico esta pesquisa é considerada exploratória, uma vez que “objetiva proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a construir hipóteses” (Gil, 1996, p. 45). Assim, essa é a forma mais indicada para a compreensão do fenômeno a ser investigado neste estudo.

Quanto à sua Natureza/Abordagem, esta pesquisa se classifica como quanti-qualitativa, visto que está voltada para a quantificação em uma das modalidades de coleta de dados e tratamento deles, como feito pela Escala de Stress para Adolescentes- ESA, e, também, adentra na compreensão e explicação da dinâmica das relações sociais, de maneira qualitativa, com auxílio de uma entrevista individual semiestruturada. Nesse sentido, o conglomerado de dados quantitativos e qualitativos complementaram-se, pois, a realidade que eles englobaram interagiu de forma dinâmica (GIL, 2010).

O procedimento metodológico utilizado nesta pesquisa se caracteriza como Pesquisa de Campo que, conforme descrito por Gil (1996), procura maior aprofundamento das questões propostas tendo como foco determinada atividade humana. O mesmo autor afirma que “a pesquisa é desenvolvida por meio da observação direta das atividades do grupo estudado e de entrevistas com informantes para captar suas explicações e interpretações do que ocorre no grupo” (GIL, 1996, p. 53).

No estudo de campo, a maior parte da coleta de dados é realizada pessoalmente pelo pesquisador, uma vez que é de grande importância o pesquisador ter experimentado diretamente a situação do estudo. Assim, por ser desenvolvidos no próprio local em os fenômenos ocorrem, seus resultados podem ser mais fidedignos (GIL, 1996).

#### **3.2 Participantes**

Participaram do presente estudo uma amostra, a qual Gil (1999) nomeia como “amostra por acessibilidade”, não atendendo ao rigor da escolha aleatória, onde o objeto pesquisado é auto selecionado ou é escolhido por estar disponível no lugar e no momento da coleta de dados. Com isto, a amostragem foi composta por 15 alunos da 3ª série do Ensino Médio de um colégio particular de Palmas/TO, com idade entre 16 e 18 anos, sendo 11 do sexo feminino e 4 do sexo masculino.

### 3.3 Instrumentos

Utilizou-se a Escala de Stress Para Adolescentes – ESA que foi criada e validada por Tricoli (2005), a fim de verificar a existência ou a inexistência do stress em adolescentes de 14 a 18 anos. Para tanto, Tricoli e Lipp (2005) apresentam a Escala formada por 44 itens relacionados às reações psicológicas, cognitivas, fisiológicas e interpessoais do stress. O objetivo da Escala é também identificar a frequência com que os sintomas aparecem, elucidando as quatro fases de stress: alerta, resistência, quase-exaustão e exaustão.

As mesmas autoras apontam ainda que “a resposta de cada item é feita pela Escala Likert de cinco pontos e é registrada com numerais ordinais, conforme a frequência e a intensidade com que os adolescentes experimentam as reações apontadas pelos itens” (2005, p. 19).

É importante mencionar também que essa Escala é um instrumento de avaliação psicológica, aprovado pelo Conselho Federal de Psicologia e de uso exclusivo do profissional de Psicologia. Conforme a Resolução do Conselho Federal de Psicologia 025/2001 de 30 de novembro de 2001, o teste psicológico é de uso privativo do Psicólogo e, portanto, não pode ser disponibilizado como anexo do projeto de pesquisa (disponível em <http://www.crp07.org.br/upload/legislacao/legislacao46.pdf>). A resolução está anexa (Anexo D).

A pontuação adquirida no ESA permitiu a classificação dos sujeitos em “sem stress” e “com stress”, bem como a classificação do sintoma e fase predominantes (TRICOLLI, 2005). Ademais, pretendendo compreender a história de vida de cada participante da pesquisa e como cada um interpreta o momento que está vivenciando, realizou-se uma entrevista semiestruturada e individual (APÊNDICE III).

### 3.4 Procedimentos

Primeiramente foram passadas as informações sobre a pesquisa para os coordenadores do colégio e foi entregue a Declaração de Instituição Coparticipante (APÊNDICE IV) para que os mesmos autorizassem a realização da coleta de dados na instituição.

Posteriormente, a pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa – CEP/CEULP/ULBRA cujo protocolo corresponde ao CAAE: 74749017.0.0000.5516. Após receber o parecer autorizando a realização da pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa, a pesquisadora realizou o primeiro contato com os alunos em sala de aula, explicou sobre o objetivo da pesquisa e os convidou a participarem da coleta de dados. Foi esclarecido ainda que a coleta aconteceria em dois momentos, sendo o primeiro com a aplicação coletiva da Escala de Stress para Adolescentes- ESA e o segundo com uma entrevista individual, ambas nas dependências do colégio.

Assim, foi entregue aos alunos com menos de 18 anos, que se voluntariaram no primeiro momento, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido- TCLE (APÊNDICE I) e explicou-se sobre necessidade de autorização de seus responsáveis para a sua participação no estudo mediante os riscos, os benefícios e o direito desistir de participar a qualquer momento da pesquisa. Nessa fase, também foi marcada a data da primeira etapa da coleta de dados com a aplicação coletiva da ESA e coletado o número telefônico dos alunos que se voluntariam a participar da pesquisa para que, nas semanas posteriores, fosse marcada a etapa de entrevista com cada um.

Na data prevista para a primeira etapa, 10 de outubro de 2017, 15 alunos compareceram voluntariamente. Foi recolhido o TCLE e, antes do teste ser disponibilizado aos alunos, foi entregue o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido- TALE (APÊNDICE II) a todos os participantes, para que os mesmos assentissem sua participação e fossem informados sobre a liberdade para aceitar ou recusar sua participação, podendo interrompe-la a qualquer momento sem precisar dar qualquer razão.

Em seguida, após assinarem as duas vias do TALE e entregarem uma para a pesquisadora, os alunos receberam o teste e acompanharam a leitura das instruções junto a pesquisadora. A mesma tirou as dúvidas que surgiram e se certificou que todos haviam compreendido como deveriam responder a escala. O tempo de resposta foi livre e durou cerca de 15 minutos para que todos respondessem. Ao concluir, cada participante entregou a folha com as respostas para a pesquisadora.

As escalas foram analisadas e, por contato telefônico, marcou-se o momento da entrevista com cada aluno. Estas entrevistas foram semiestruturadas e enfocaram o objetivo, evitando que o participante se afastasse do tema, ou, como propõe Gil (1999), foram focalizadas. O tempo médio aproximado dessa etapa foi de 25 minutos por entrevista e ocorreu entre os dias 16 e 27 de outubro de 2017, numa sala de aula do colégio. Os diálogos das entrevistas foram gravados com o auxílio de um *smartphone*.

### **3.5 Tratamento e Análise dos Dados**

Cada escala respondida foi analisada a partir do caderno de apuração que faz parte da Escala de Stress para Adolescentes. Assim, obtiveram-se os resultados de “com stress” ou “sem stress” e determinou-se os sintomas e fase predominantes para os casos de existência de stress.

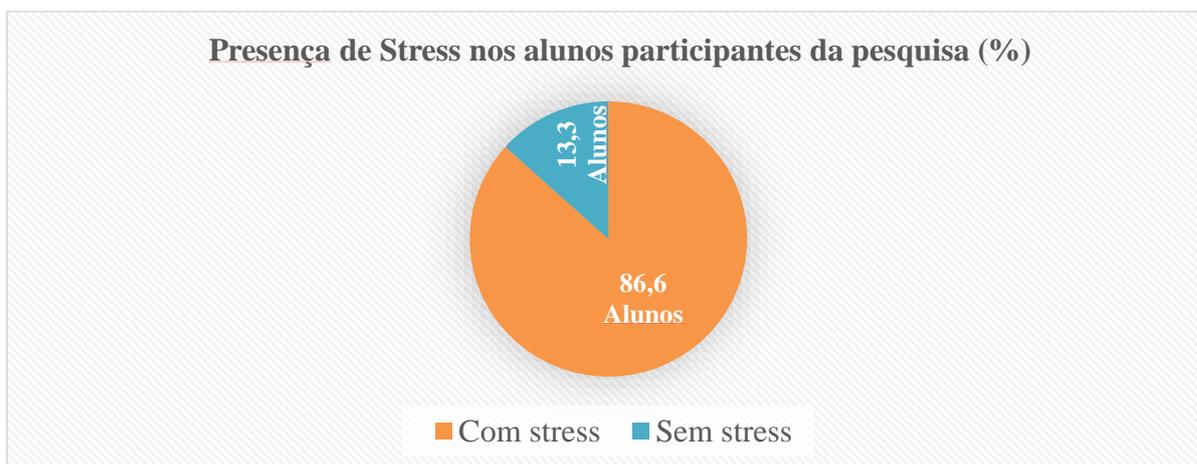
As entrevistas gravadas foram transcritas e conservadas na íntegra. A análise dos dados ocorreu por meio da Análise de Conteúdo, elucidada por Barndin (2011), seguindo as três fases fundamentais, como propõe o autor, e consistiu nos momentos a seguir:

- Pré-análise: as entrevistas foram transcritas obedecendo as regras de *exaustividade*- sem omissões, *representatividade*- a amostra representa o universo, *homogeneidade*- os dados referem-se ao mesmo tema, obtidos por técnicas iguais e colhidos por indivíduos semelhantes, *pertinência*- os dados se adaptam ao conteúdo e objetivo da pesquisa e *exclusividade*- um elemento não foi classificado em mais de uma categoria. Assim, os 15 entrevistados são alunos concluintes da 3ª série do Ensino Médio, com idades entre 16 e 18 anos, de um colégio privado de Palmas/TO.
- Exploração do material: foram escolhidas as unidades de codificação (seguindo os procedimentos de *codificação*- reuniram-se grupos de elementos em razão de características comuns, *classificação*- agrupamento das palavras de acordo com temas. Neste caso, os temas escolhidos para análise foram as fontes externas e internas de stress teorizadas por Lipp (2014). E *categorização*- que permitiu reunir maior número de informações por meio de esquematizações e assim correlacionar classes de acontecimentos para ordená-los). Em seguida, foram definidos os blocos que expressavam determinadas categorias (determinadas fontes externas e internas de stress), que condizem com o referencial teórico proposto por Lipp (2014).
- Tratamento dos resultados: por meio da indução do roteiro da entrevista, obtiveram-se respostas sobre os indicadores a respeito da presença de fontes externas e internas de stress nos alunos. Então, pôde-se interpretar os conceitos e proposições trazidos por cada participante.

#### 4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Na coleta de dados obtida pela aplicação da Escala de Stress para Adolescentes-ESA, foi possível identificar a existência ou não de stress nos alunos e em seguida pôde-se verificar os sintomas e fases predominantes em cada caso.

Gráfico 1- Quantidade de alunos com stress e sem stress.

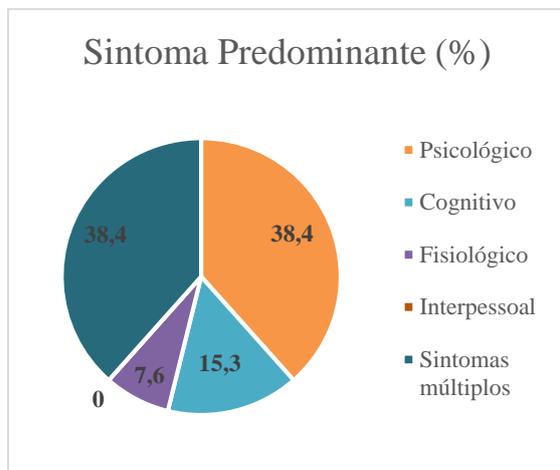


Fonte: Elaborado pela autora

No Gráfico 1, observa-se que 2 alunos que responderam a escala atingiram escores que os classificaram “sem stress”, tanto na determinação de stress pelos sintomas, quanto pelas fases. No entanto, 13 alunos alcançaram escores que os classificaram “com stress”, na determinação de stress pelos sintomas e/ou das fases, configurando 86% da amostra total. Dos 13 alunos que apresentaram stress, 3 são do sexo masculino e 10 do sexo feminino.

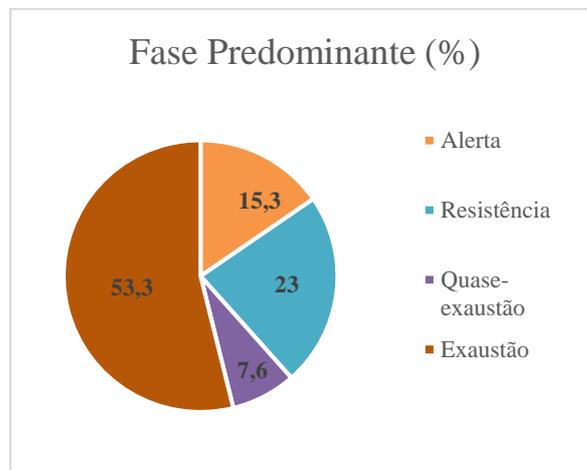
Convém mencionar que nem todos presentes na fase de adolescência tem necessariamente stress, apesar de ser uma fase da vida que gera maiores chances de desenvolver o stress, a depender da cultura e das diferenças individuais (ARNETT, 1999 apud CALAIS; ANDRADE; LIPP, 2003). É importante também esclarecer que a denominação “sem stress” utilizada neste estudo não quer dizer que os adolescentes dentro dessa classificação não estejam sofrendo alguma forma de stress, mas sim que o seu nível de stress encontrado na escala não foi considerado em demasia quando comparado com outros adolescentes que se encontram na mesma faixa etária que participaram dos estudos de Tricoli (2005) par a construção e validação do seu instrumento. Assim, podem estar enfrentando situações que gerem respostas de stress, mas não atingiram um nível excessivo. Essa colocação pode ser observada adiante, ao analisar a Tabela 1 das entrevistas, na qual aqueles alunos classificados como “sem stress” lidam com estressores internos e externos em seu contexto de vida atual, mas não atingiram pontuação alta para stress na ESA.

Gráfico 2- Número de alunos com escores acima do ponto de corte em cada sintoma.



Fonte: Elaborado pela autora

Gráfico 3- Número de alunos presentes em cada fase do stress.



Fonte: Elaborado pela autora

Assim, no que diz respeito à predominância de sintomas, como disposto no Gráfico 2, dos 13 alunos que obtiveram resultado positivo para o stress, 5 atingiram escores acima do ponto de corte somente para sintomas psicológicos, 2 somente para os sintomas cognitivos, 1 somente para sintomas fisiológicos e 5 alunos atingiram escores acima do ponto de corte para mais de um sintoma, apresentando, assim, sintomas múltiplos.

O Gráfico 3 mostra a quantidade de alunos presentes em cada fase de stress. Destarte, 2 alunos atingiram o escore para a fase de Alerta, abordada por Tricoli (2005) como correspondente aos efeitos passageiros do stress, marcada pelo confronto entre a pessoa e o estressor e pela preparação do organismo para a reação de luta; 3 alunos encontram-se na fase de Resistência, que a autora descreve como um tentativa do organismo em se adaptar ao estressor que permaneceu por um período superior a uma semana, utilizando-se de suas reservas adaptativas para reequilibrar-se internamente; 1 aluno presente na fase de Quase-exaustão, caracterizada por Lipp (1998) pelo enfraquecimento do indivíduo que já não consegue se adaptar ou resistir ao estressor, mas consegue realizar determinadas atividades e participar, até certo ponto, da sociedade; 7 alunos estão na fase de exaustão, ou seja, podem estar expostos às sensações de stress por um período muito longo- acima de seis meses- e não possuem a possibilidade de lutar ou fugir do estressor, ou podem estar expostos a diversos estressores simultaneamente (TRICOLI, 2005).

Na análise dos escores entre os domínios, a dimensão psicológica, que é a relacionada às “sensações psicológicas que podem ser experimentadas, quando o adolescente está sob efeito do stress” (TRICOLI, 2005, p. 26), apresentou maior representatividade entre os alunos,

incluindo naqueles que foram classificados com sintomas múltiplos, como detalhado na Tabela 1, no tópico “SINTOMAS”.

Ao confrontar tais dados com os estudos de Calais, Andrade e Lipp (2003) e Paggiaro e Calias (2009), ao afirmarem que os sintomas que mais prevaleceram foram o psicológico sobre os fisiológicos, encontram-se predominâncias semelhantes entre uma faixa etária maior, dos jovens adultos e pré-vestibulandos, e dos adolescentes concluintes do Ensino Médio desta pesquisa. Compete dizer que os instrumentos usados nas pesquisas dos autores citados não foram os mesmos utilizados nesta pesquisa, o que viabilizou identificar outros tipos de reações nos adolescentes da 3ª série, que não foram identificados nos jovens adultos.

Sabe-se que o stress é composto por fontes externas e internas. As fontes internas são entendidas como os atributos individuais do próprio indivíduo, ligadas às suas cognições, sendo assim, a forma como ele interpreta e enfrenta o mundo, seus princípios, suas crenças, em suma, tudo que compõe seu mundo interno (LIPP, 2004).

Já as fontes externas são distinguidas pelos fenômenos ocorridos na vida dos indivíduos e sob os quais não existe possibilidade de controle, como adoecimento, morte, acidentes e dificuldades que emergem no cotidiano (LIPP, 2014). Os estressores externos ocasionam uma potencial tensão emocional por causa da necessidade de se lidar com eles, o que dificulta a capacidade do indivíduo em se adaptar pela intensidade e periodicidade em que acontecem (LIPP, 2001).

Por outro lado, o evento estressor em si não pode determinar o surgimento de sintomas de stress ou de doenças mais graves, uma vez que os indivíduos podem reagir de diferentes maneiras frente a um mesmo estressor (HULL, 2002; PERES, MERCANTE, & NASELLO, 2005 apud BUSNELO, 2009). Assim, após o resultado alcançado por cada aluno na ESA, buscou-se identificar em seus discursos a presença de fontes externas e internas de stress, como proposto por Lipp (2014), nos seus contextos de vida.

Pretendendo alcançar tal objetivo, cada participante pôde narrar, no momento da entrevista individual, como vivencia a conclusão do ensino médio, como interpreta o ingresso ao Ensino Superior, como se relaciona com seus familiares, amigos e comunidade escolar, entre outros.

Desta forma, apresenta-se o Quadro 1, para melhor identificação de cada participante, dispondo seus nomes fictícios (escolhidos de acordo com o sexo do aluno), o curso escolhido para a graduação, os sintomas predominantes em cada caso e a fase em que se encontram segundo a ESA.

Quadro 1- Identificação dos participantes da pesquisa.

| <b>Aluno</b>    | <b>Curso Escolhido</b>  | <b>Sintomas</b>                       | <b>Fase</b>    |
|-----------------|-------------------------|---------------------------------------|----------------|
| <b>Harry</b>    | Psicologia              | Sem stress                            | -              |
| <b>Horácio</b>  | Engenharia de Software  | Psicológico e Fisiológico             | Quase-exaustão |
| <b>Elsa</b>     | Arquitetura             | Cognitivo                             | Exaustão       |
| <b>Hellen</b>   | Arquitetura             | Psicológico                           | Exaustão       |
| <b>Luna</b>     | Medicina ou Veterinária | Psicológico e Interpessoal            | Exaustão       |
| <b>Sofia</b>    | Medicina ou Direito     | Psicológico                           | Exaustão       |
| <b>Beatrice</b> | Medicina                | Sem stress                            | -              |
| <b>Ícaro</b>    | Medicina                | Psicológico e Fisiológico             | Exaustão       |
| <b>Alice</b>    | Medicina                | Psicológico                           | Exaustão       |
| <b>Lilian</b>   | Medicina                | Fisiológico                           | Alerta         |
| <b>Sabrina</b>  | Medicina                | Psicológico, Cognitivo e Interpessoal | Resistência    |
| <b>Léia</b>     | Medicina                | Psicológico                           | Alerta         |
| <b>Charlie</b>  | Não definido            | Cognitivo                             | Resistência    |
| <b>Clarice</b>  | Não definido            | Psicológico                           | Resistência    |
| <b>Julieta</b>  | Não definido            | Psicológico, Cognitivo e Interpessoal | Exaustão       |

Fonte: Elaborado pela autora

A seguir, a Tabela 1 traz os resultados das entrevistas, os quais foram dispostos a partir das fontes externas e internas de stress. Para facilitar a compreensão, os trechos apontados como indicadores de determinado evento estressor estão classificados por um número indicador e, novamente, pelo nome facultado ao aluno, pelos sintomas e pela fase de stress correspondente a cada caso.

Tabela 1- Fontes externas e internas de stress no contexto de vida de cada aluno a partir de seus discursos.

| FONTES DE STRESS | FATORES                          | N  | VERBALIZAÇÕES  | PARTICIPANTE | SINTOMAS                              | FASE        |
|------------------|----------------------------------|----|--|--------------|---------------------------------------|-------------|
| Externas         | Certos métodos de ensino escolar | 01 | <i>“(...) eu estudo aqui desde o ano passado e desde então eu não consigo me adaptar ao colégio, é muito conteúdo, é muita pressão dos professores, é uma sobrecarga muito grande.”</i>  | Luna         | Psicológico e Interpessoal            | Exaustão    |
|                  |                                  | 02 | <i>“(...) os professores cobram muito da gente, que a gente não pode sair, que a gente tem que estudar, que o nosso concorrente está estudando e que a gente deveria estar estudando também no lugar de estar se divertindo (...)”</i>   | Elsa         | Cognitivo                             | Exaustão    |
|                  |                                  | 03 | <i>“(...) A gente tem prova toda semana, então, a gente tem que estudar a semana toda para prova de sábado. Então, acaba que a gente não tem um descanso (...) eu não gosto desse negócio de ficar pressionando o aluno.”</i>  | Clarice      | Psicológico                           | Resistência |
|                  |                                  | 04 | <i>“(...) eu acho que é por causa dessa cobrança da escola, o ritmo aqui é muito pesado, tem prova todo sábado e os blocos de prova são muito grandes. Então assim, acaba que pesa, cansa.”</i>  | Alice        | Psicológico                           | Exaustão    |
|                  |                                  | 05 | <i>“(...) acho que precisa melhorar em questão de pressionar o aluno (...) o sistema de provas daqui é muito intenso (...) a média aqui é alta, o método de recuperar a nota é difícil, e o ritmo de prova para mim foi o pior de todos. Todo sábado você tem que estar aqui, além dos domingos que tinha simulado.”</i> | Sofia        | Psicológico                           | Exaustão    |
| Vestibular       |                                  | 06 | <i>“A pressão do terceiro ano (...) você se autocobrar, cobrar muito por algo que você deseja. Aí você fica pensando ‘eu tenho que conseguir isso esse ano’.”</i>  | Elsa         | Cognitivo                             | Exaustão    |
|                  |                                  | 07 | <i>“Quando vai chegando mais perto do vestibular, mais complicado vai ficando (...) neste ano a gente acaba se dedicando mais e é para uma prova só no ano, aí a gente fica mais pressionado.”</i>   | Sabrina      | Psicológico, Cognitivo e Interpessoal | Resistência |
|                  |                                  | 08 | <i>“Em relação à cobrança, é mais em passar mesmo (...)”</i>   | Charlie      | Cognitivo                             | Resistência |
|                  |                                  | 09 | <i>“Eu comecei a me preocupar com o vestibular saindo do nono (...)”</i>   | Lilian       | Fisiológico                           | Alerta      |
|                  |                                  | 10 | <i>“Eu acho que entra um pouco daquele fator do ENEM estar chegando e você vai definir três anos da sua vida em dois dias (...)”</i>   | Harry        | Sem Stress                            |             |
|                  |                                  | 11 | <i>“(...)é a ânsia de passar no ENEM, que desde o primeiro ano a gente já vem lutando e estudando para que isso aconteça.”</i>   | Ícaro        | Psicológico e Fisiológico             | Exaustão    |
|                  |                                  | 12 | <i>“Sempre fiquei meio doida porque tenho que estudar muito, só que no terceiro ano está pior porque está valendo o ENEM, né? Então, o nervosismo está muito forte (...)”</i>  | Léia         | Psicológico                           | Alerta      |
|                  |                                  | 13 | <i>“(...)agora que está chegando perto do ENEM é pressão de todo mundo. E isso está acabando comigo (...) em relação ao</i>  | Beatrice     | Sem stress                            |             |

|   |    |  |         |                                       |                |
|---|----|--|---------|---------------------------------------|----------------|
|   |    | <i>vestibular, à faculdade, o que vai ser de agora para frente. Isso é o que mais tem me deixado com medo.”</i>  |         |                                       |                |
|   | 14 | <i>“Muita pressão para passar na faculdade (...)”</i>  | Hellen  | Psicológico                           | Exaustão       |
| Escolha Profissional                        | 15 | <i>“Eu estou em dúvida entre dois (cursos de graduação), Medicina Veterinária ou Medicina. Só recebo apoio para o curso de Medicina, no de Veterinária não (...)”</i>  | Luna    | Psicológico e Interpessoal            | Exaustão       |
|   | 16 | <i>“No primeiro ano eu queria Arquitetura, mas agora eu quero Medicina, porque eu não me vejo em outros cursos, mas ao mesmo tempo eu tive uma resistência até para aceitar que eu queria medicina porque é difícil demais, e as pessoas às vezes veem como alguma coisa que é mais para status e dinheiro (...)”</i>                  | Sabrina | Psicológico, Cognitivo e Interpessoal | Resistência    |
|   | 17 | <i>“(...)Engenharia de software (...) minha mãe me apoia muito, ela sempre falou que dá o ensino para mim, para eu fazer o que quiser com ele. Já meu pai, não é que ele não apoia, mas ele não vê meu curso como algo que vai dar futuro, aí começa a pressão (...)”</i>  | Horácio | Psicológico e Fisiológico             | Quase-Exaustão |
|   | 18 | <i>“Não tenho a mínima ideia (de qual curso fazer) (...) eu espero definir alguma coisa o mais rápido possível.”</i>   | Charlie | Cognitivo                             | Resistência    |
|   | 19 | <i>“Quero fazer Psicologia...meus pais querem me matar (...) eu me vejo sendo psicólogo, mas o problema é dentro do Brasil, infelizmente não é a classe mais bem remunerada (...)”</i>   | Harry   | Sem stress                            |                |
|   | 20 | <i>“Não decidi. Eu tenho minhas dúvidas. Eu queria fazer medicina, mas eu não gosto de falar isso para as pessoas, porque ou as pessoas me subestimam ou as pessoas me superestimam, ou elas meio que sugam a minha energia (...)”</i>   | Julieta | Psicológico, Cognitivo e Interpessoal | Exaustão       |
|   | 21 | <i>(...) eu me sinto muito pressionada, parece que é principalmente porque eu não decidi o que vou fazer ainda (...)”</i>  | Clarice | Psicológico                           | Resistência    |
|   | 22 | <i>“(...) eu quero Medicina, um dos cursos que mais necessitam da nossa carga horária de estudos (...)”</i>  | Ícaro   | Psicológico e Fisiológico             | Exaustão       |
|   | 23 | <i>“(...) eu quero Medicina, né? Aí fica aquela cobrança, aquela pressão.”</i>   | Alice   | Psicológico                           | Exaustão       |
|   | 24 | <i>“(...) eu sempre tive dois cursos. Ou Medicina, ou Direito. São dois cursos que eu tenho vontade de fazer, mas eu acho que vou para o lado do direito porque eu já estou exausta de estudar. Se eu não conseguir passar este ano, eu vou para o Direito que é até mais fácil que Medicina, porque eu não tenho paciência mais.”</i> | Sofia   | Psicológico                           | Exaustão       |
| Exigência ou rejeição por parte dos colegas | 25 | <i>“A nossa turma não é exatamente a mais unida, então, existe um clima assim de guerra dentro da sala (...)”</i>  | Harry   | Sem stress                            |                |
|   | 27 | <i>“A turma é desunida, brigando o tempo inteiro (...)”</i>  | Ícaro   | Psicológico e Fisiológico             | Exaustão       |

|                                       |    |  |          |                                       |                |
|---------------------------------------|----|--|----------|---------------------------------------|----------------|
|                                       | 28 | <i>“(...) eu não gosto do povo da minha sala não, eles são meio enjoadinhos assim, e a nossa sala também é muito divergente, tem muito grupinho (...)”</i>   | Alice    | Psicológico                           | Exaustão       |
|                                       | 29 | <i>“Tem uma rixa na sala de aula (...) eu já entrei e a pessoa já não gostava de mim (...) também acho que entrou essa coisa dela querer ser a melhor da sala e os novatos já estarem tirando esse posto, porque a gente já era bem elogiado. Justo os novatos eram os que mais ela excluía na sala (...)”</i> | Sofia    | Psicológico                           | Exaustão       |
| Excesso de atividades                 | 30 | <i>“(...) eu tenho que fazer muita coisa este ano e eu não consigo fazer nada direito e isso me frustra (...)”</i>   | Julieta  | Psicológico, Cognitivo e Interpessoal | Exaustão       |
|                                       | 31 | <i>“(...) eu faço inglês e já tem três anos, e este ano foi o mais puxado, porque está a escola, inglês, curso de redação, e neste ano eu ainda tirei a carteira (de habilitação). Juntou os três e está me acabando (...)”</i>  | Sofia    | Psicológico                           | Exaustão       |
| Mudanças significativas ou frequentes | 32 | <i>“(...) neste ano minha irmã foi morar no Paraguai (em abril) para fazer medicina lá. Aí é meio difícil também porque a gente sempre foi muito unida (...)”</i>  | Elsa     | Cognitivo                             | Exaustão       |
|                                       | 33 | <i>“Eu era de Goiânia e tem um ano e meio que eu mudei, aí foi meio difícil a adaptação no começo (...) já é difícil ficar longe da família, é difícil também o estar no terceiro ano (...)”</i>   | Sabrina  | Psicológico, Cognitivo e Interpessoal | Resistência    |
|                                       | 34 | <i>“Uma coisa que me marcou muito e que acabou me desacelerando muito foi que nas férias (julho de 2017) eu me mudei de casa. Eu morava numa casa há 15 anos (...)”</i>  | Horácio  | Psicológico e Fisiológico             | Quase-exaustão |
|                                       | 35 | <i>“Nesses dois anos que eu morei aqui eu morei sozinha e minha família mudou para cá no final do ano passado. Então, eu voltei a morar com a minha família e isso também me estressa muito porque é tipo assim...você passa dois anos morando sozinha, então você acaba tendo mais liberdade, né? (...)”</i>  | Clarice  | Psicológico                           | Resistência    |
|                                       | 36 | <i>“Mudei para Palmas no começo do ano (...) no início foi bem sofrido, porque eu não dava conta de conciliar tudo. Quando eu vim, eu vim sozinha, só com minha irmã. Então, além da responsabilidade de se de menor, ter que cuidar dela, eu não dava conta de estudar muito (...)”</i>                       | Beatrice | Sem stress                            |                |
| Conflito com os pais/família          | 37 | <i>“Dentro de casa o ambiente é um pouquinho pesado (...) antes do divórcio deles eu lembro de ter muita briga, muita briga mesmo. Aí teve o divórcio e mesmo assim continuou tendo briga (...)”</i>   | Luna     | Psicológico e Interpessoal            | Exaustão       |
|                                       | 38 | <i>“(...) os dois (pais) terminaram brigados e por isso ele (pai) tomou as dores e não fala muito comigo e com a minha irmã.”</i>  | Elsa     | Cognitivo                             | Exaustão       |
|                                       | 39 | <i>“(...) desde que eu nasci meus pais são separados e tem a parte do meu pai que me afeta bastante, porque não é uma pessoa que parece que fez questão de me ter, de me dar carinho, amor e afeto (...)”</i>  | Sofia    | Psicológico                           | Exaustão       |

|                         |                   |    |   |          |                                       |                |
|-------------------------|-------------------|----|---|----------|---------------------------------------|----------------|
|                         |                   | 40 | <i>“(…) é muita briga na família, chega a ser chato.”</i>   | Hellen   | Psicológico                           | Exaustão       |
| Morte na família        |                   | 41 | <i>“Eu tinha a minha vó, só que ela faleceu (abril de 2017). Ela sempre me apoiou muito, sempre dava essa liberdade e me fazia me sentir melhor com o que eu escolhesse (...)”</i>  | Sofia    | Psicológico                           | Exaustão       |
| Doença e hospitalização |                   | 42 | <i>“Tem dois meses que eu fiz cirurgia de apendicite (...)”</i>   | Julieta  | Psicológico, Cognitivo e Interpessoal | Exaustão       |
| Internas                | Desejo de agradar | 43 | <i>“(…) eu penso que eu tenho que passar numa faculdade boa e federal, para ajudar ela (mãe).”</i>  | Elsa     | Cognitivo                             | Exaustão       |
|                         |                   | 44 | <i>“(…) eu não consigo ser tudo de uma vez só. Tipo ser uma boa aluna, ser uma boa filha, ser tudo (...) em relação a ser aluna...eu não conseguir ser boa aluna e ter que agradar meus professores, sabe? Mesmo que para disfarçar, sabe? (...) eu sinto que vou regredir, sabe? Se eu não atender as expectativas dos outros. Por exemplo “nossa, você sempre foi assim e agora você caiu” (...) agora eu acho que meu maior medo é decepcionar as pessoas, tipo meus pais e meus professores.”</i> | Julieta  | Psicológico, Cognitivo e Interpessoal | Exaustão       |
|                         |                   | 45 | <i>“Hoje, na vida, meu maior medo é decepcionar minha mãe, na questão de estudar (...)”</i>   | Sofia    | Psicológico                           | Exaustão       |
| Ansiedade               |                   | 46 | <i>“(…)uma preocupação muito grande sobre o que vai ser. Não sei se eu vou ficar em Palmas, se eu vou mudar de cidade, de estado, de país. É como se eu estivesse sofrendo por antecedência (...) a ansiedade ataca a ponto de eu querer largar tudo e sair correndo, parece que eu vou explodir se eu continuar ali.”</i>  | Horácio  | Psicológico e Fisiológico             | Quase-exaustão |
|                         |                   | 47 | <i>“Eu sempre fui muito ansiosa. Eu sou ansiosa para comer, eu não posso ficar quieta. Até dormindo eu balanço o pé. E quanto eu estou muito ansiosa eu balanço até o corpo, que nem louca (...)”</i>   | Lilian   | Fisiológico                           | Alerta         |
|                         |                   | 48 | <i>“O que continua desde o início do ano é aquela ansiedade, aquele nervosismo (...)”</i>   | Beatrice | Sem stress                            |                |
| Insegurança             |                   | 49 | <i>“(…) meu medo sempre foi de ficar sozinho (...)”</i>   | Horácio  | Psicológico e Fisiológico             | Quase-exaustão |
|                         |                   | 50 | <i>“(…) eu acho que quando eu me sentir mais seguro a minha vida vai melhorar bastante.”</i>  | Charlie  | Cognitivo                             | Resistência    |
|                         |                   | 51 | <i>(...) mas aí vem a insegurança que atrapalha tudo. Você não sabe se vai passar ou não (...) Eu sou muito inseguro, só que por eu não demonstrar isso para todo mundo, eu guardo para mim, e eu acho que isso faz mal também.”</i>  | Ícaro    | Psicológico e Fisiológico             | Exaustão       |
|                         |                   | 52 | <i>“Eu sempre fui muito insegura, não acreditava em mim mesma. Até hoje eu estou lutando, aí quando eu tiro nota baixa eu acho que não vou conseguir, que eu vou ficar um tempão no cursinho, até porque eu quero Medicina (...)”</i>   | Léia     | Psicológico                           | Alerta         |

|  |    |   |          |                                       |                |
|--|----|---|----------|---------------------------------------|----------------|
|  | 53 | <i>“E é aquela coisa “será que eu vou passar? E se eu não passar, o que que eu vou fazer?”</i>  | Beatrice | Sem stress                            |                |
| Desacordo entre as expectativas e exigências de sucesso e o verdadeiro potencial | 54 | <i>“(…) não seria desistir, mas a gente já sabe o que vai acontecer e começar a aceitar, se a gente vai ter que fazer cursinho (….) Medicina, por ser um curso muito concorrido, dependendo das notas que a gente já tem nos simulados a gente já sabe se vai ter que fazer cursinho, se vai colocar uma outra opção e fazer uns três meses para ver como é o curso.”</i> | Sabrina  | Psicológico, Cognitivo e Interpessoal | Resistência    |
|  | 55 | <i>“Eu tenho consciência que preciso (de cursinho) (….)”</i>  | Lilian   | Fisiológico                           | Alerta         |
|  | 56 | <i>“Eu vou me frustrar muito se eu não passar no ENEM esse ano, e eu sei que não vou passar porque todos eles (professores) falam que nenhum aluno do ensino médio passa no ENEM para Medicina no terceiro ano, sempre vai ter que pegar uns três, dois anos de cursinho. E isso me deixa desmotivado também (….)”</i>  | Ícaro    | Psicológico e Fisiológico             | Exaustão       |
|  | 57 | <i>“(…) é um degrau que eu tenho que passar por ele, sabe? Inclusive meus professores sempre falam que é muito difícil alguém passar em Medicina no terceiro ano. E eu quero faculdade federal, porque particular é muito cara, e aí eu sei que preciso passar pelo cursinho.”</i>  | Alice    | Psicológico                           | Exaustão       |
|  | 58 | <i>“Ela (mãe) acha que meu curso é mais fácil de entrar, menos concorrido, mas mesmo assim eu não estou indo bem no colégio, minhas notas não são tão boas, não o suficiente. Eu preciso de mais (nota) para passar numa federal.”</i>  | Hellen   | Psicológico                           | Exaustão       |
| Autoestima baixa   | 59 | <i>“Tenho medo de ser insuficiente (….) eu não me vejo como uma boa companhia, eu não gosto de ficar sozinho comigo mesmo.”</i>   | Horácio  | Psicológico e Fisiológico             | Quase-exaustão |
|  | 60 | <i>“Eu não acho que eu sou capaz de lidar com isso (….) porque neste ano eu meio que desisti. Com tudo que está acontecendo eu não acho que eu consiga.”</i>  | Julieta  | Psicológico, Cognitivo e Interpessoal | Exaustão       |
| Medo do fracasso   | 61 | <i>“O meu maior medo hoje é ficar muito tempo no cursinho, até porque no cursinho se gasta muito dinheiro ‘à toa’ (….)”</i>   | Lilian   | Fisiológico                           | Alerta         |
|  | 62 | <i>“(…) se você não passar, você vai fazer um ano de cursinho e você vai basicamente perder um ano de vida, porque você vai ter que ficar só estudando (….)”</i>  | Harry    | Sem stress                            |                |
|  | 63 | <i>“Meu maior medo é começar a fazer uma coisa que eu não me identifique, mudar de cidade mais uma vez e não ser uma coisa assim que vai me fazer feliz (….)”</i>   | Clarice  | Psicológico                           | Resistência    |
|  | 64 | <i>“O maior medo é de não passar e não conseguir ser alguém na vida.”</i>   | Ícaro    | Psicológico e Fisiológico             | Exaustão       |

Fonte: Elaborada pela autora

Sobre o método de ensino escolar, Luna (01) e Elsa (02) relatam sentir a pressão dos professores em relação aos estudos. Clarice (03), Alice (04) e Sofia (05) queixam-se da

quantidade e frequência em que as provas são aplicadas. Na percepção das adolescentes, é cansativo a forma de avaliação do colégio e a forma como são cobradas a alcançarem bom desempenho acadêmico.

Na pesquisa feita por Kristensen et al. (2004) com 330 adolescentes do Ensino Médio observou-se as provas do colégio como um dos eventos estressores mais frequentes na vida dos avaliados. Embora tal pesquisa tenha ocorrido numa instituição de ensino pública, diferente da realidade do colégio abordado nesta pesquisa, pode-se observar a semelhança na forma como os adolescentes interpretam as avaliações.

As narrativas de Elsa (06), Sabrina (07), Charlie (08), Lilian (09), Harry (10), Ícaro (11), Léia (12), Beatrice (13) e Hellen (14) discorrem sobre o ENEM, que atualmente corresponde ao vestibular uma vez que a grande parte das instituições de Ensino Superior admitem como ingresso a pontuação obtida no exame. Os alunos relatam sentimentos de auto cobrança e pressão para alcançarem êxito nessa etapa.

Estes dados concordam com os estudos de Silvestre (2004), quando o autor afirma que a importância que é dada ao vestibular pelos alunos por causa do seu desejo de obter ascensão social propiciada pela formação acadêmica torna este tipo de exame um evento estressor visto seu caráter classificatório e excludente.

Com o objetivo de serem aprovados, 11 alunos relataram mudanças de hábitos que consideravam importantes por conta do aumento da carga horária de estudo que precisaram assumir. Assim, 8 participantes admitiram durante a entrevista que pararam de fazer atividades físicas, 1 participante comentou que o tempo de ficar com sua família foi reduzido nessa fase, 1 participante reduziu as horas de sono, 1 participante reduziu bastante as horas de diversão no videogame.

Nozaki e Tanaka (2009) destacam a importância da atividade física e seus benefícios à saúde, entre eles, a redução dos níveis de stress e dos riscos de doenças. Portanto, chama a atenção o fato de grande parte da amostra analisada estar suscetível a patologias por renunciar a prática de exercícios nessa etapa escolar.

A escolha profissional foi narrada como um obstáculo complexo por diversos alunos. Sabrina (16), Ícaro (22) e Alice (23) afirmaram que optaram pelo curso de Medicina e, por essa escolha, sentem que a pressão e a cobrança, também citada em outros momentos, é maior, especialmente porque precisam estudar mais para conseguirem aprovação no curso. Essa profissão também é uma das opções presentes nos discursos de Luna (15), que expôs dúvidas entre os cursos de Medicina e Medicina Veterinária, e Sofia (24) que manifestou interesse por duas áreas distintas: Medicina e Direito, mas admitiu que, caso não consiga ser aprovada na

primeira opção, ingressará no curso de Direito, por estar cansada da rotina de estudos necessária para que consiga passar em Medicina. Horácio (17) mencionou sua escolha para Engenharia de Software, no entanto, sente-se pressionado por não receber apoio do pai para essa profissão. O similar acontece com Harry (19), que relatou o desejo de cursar Psicologia, mas teme pela desaprovação dos pais e a relação da profissão e por considerar baixa a remuneração no mercado brasileiro. Já Charlie (18) e Clarice (21) apresentaram estar pressionados por ainda não terem escolhido a profissão que seguirão.

O vestibular está diretamente relacionado à escolha profissional. Os estudos de Paggiaro e Calais (2009) apontam a escolha de uma área de atuação como um evento gerador de stress e, dessa forma, muitas são as causas relacionadas à aflição sentida pelos adolescentes na fase que antecede às provas de vestibular, tais como a pressão para conseguir boas notas no exame, a influência dos familiares e a concorrência.

As falas Sabrina (16), Ícaro (22) e Alice (23) reafirmam a posição dos autores quando se remetem à concorrência nos concursos para a graduação de Medicina e a necessidade de atingir pontuações altas para ingressar no curso. Assim, apesar de já terem definido a escolha profissional, os três alunos demonstram aflição em relação às provas que enfrentarão para arcar com suas escolhas.

Não obstante, no discurso de Charlie (18) e Clarice (21) há referência à angústia que sentem por não terem realizado ainda a escolha de uma profissão. Charlie espera se decidir o mais rápido possível, enquanto Clarice se depara com a prova do Enem sem ainda ter escolhido a carreira a seguir.

Para Bohoslavsky (1998), a angústia no processo de escolha profissional pode estar relacionada a informações escassas sobre as profissões, o que pode deixar os alunos inseguros por não saberem ao certo o motivo do estudo em demasia. A imaturidade do adolescente para a escolha de carreira, a insegurança, o fato de não conhecer a si mesmo e as profissões, a busca por destaque e retorno financeiro e o conflito com pessoas importantes para os adolescentes pode auxiliar para tornar esta fase mais difícil.

Conflito com os colegas, excesso de atividades, mudanças significativas, problemas familiares, morte de um parente e hospitalização também são eventos estressores externos narrados pelos alunos que podem corroborar para a prevalência de stress encontrada nos mesmos.

Pelas narrativas dos adolescentes também foi possível identificar a presença de fontes de stress internas, o que pode se tornar um complicador somado aos eventos externos ocorrentes na vida de cada um. Neste sentido, Elsa (43), Julieta (44) e Sofia (45) expressam sobre o desejo

de agradar seus familiares e, no caso de Julieta, também seus professores. As narrativas sobre este tema também circundam a tônica acadêmica, como revela Elsa que sente a necessidade de ser aprovada numa faculdade federal para ajudar sua mãe, e Sofia que teme em decepcionar a mãe em relação aos estudos. O discurso de Julieta chama atenção pelo receio que tem de desagradar, além dos pais, os professores. Por encontrar-se num período delicado, a adolescente não tem alcançado êxito em suas notas como alcançava anteriormente. Isto faz com que ela se preocupe, ante todas as demandas, em agradar os docentes, atendendo-os em suas expectativas de sucesso depositadas na aluna.

Horácio (46), Lilian (47) e Beatrice (48) narraram sobre a ansiedade que os afeta. No caso de Horácio, a incerteza sobre o futuro contribui para seu sofrimento. Já Lilian afirma que a ansiedade sempre esteve presente em sua vida e descreve, ainda, reações que sente quando o sintoma se acentua. Sabe-se que, em muitos casos, o contexto de preparação para o Enem em que os adolescentes estão inseridos, contribui, segundo Rocha e Pelisoli (2008), para o surgimento ou aumento da ansiedade, podendo ultrapassar os limites da normalidade, o que pode prejudicar o desempenho dos candidatos durante a prova.

Nesse contexto, é inegável, portanto, que os adolescentes apresentem insegurança em relação a si e/ou ao futuro, como menciona Horácio (49), Charlie (50), Ícaro (51), Léia (52) e Beatrice (53). Para Ícaro, Léia e Beatrice, o sentimento de insegurança se faz presente principalmente em relação à entrada no Ensino Superior. Charlie, por sua vez, acredita que a insegurança lhe atrapalha em diversos contextos, inclusive no momento da escolha profissional.

Existe também no discurso dos adolescentes a compreensão de que o que é exigido para ingressar na vida acadêmica a nível superior não condiz com seu potencial atual. A narrativa neste sentido parte principalmente dos adolescentes que definiram Medicina como carreira. Para Sabrina (54), Lilian (55), Ícaro (56) e Alice (57) a passagem pelo cursinho preparatório para o Enem e vestibulares é uma etapa quase obrigatória para aqueles que concorrerão às disputadas vagas do curso de Medicina. A conformação é reforçada até mesmo pelos professores que afirmam ser quase improvável um aluno da terceira série do Ensino Médio ser aprovado, como trazem Ícaro e Alice. Já Hellen, apesar do desejo de cursar Arquitetura que é relativamente um curso menos concorrido, entende que para conseguir ingressar numa universidade federal suas notas não são suficientes.

Deste modo, a ideia de fracasso no momento atual desses alunos circunda o fato de não serem aprovados para iniciarem a graduação, como narra Lilian (61), Harry (62) e Ícaro (63), e ainda, de iniciar um curso com o qual não se identifique, como cita Clarice (63) que ainda não decidiu qual em profissão ingressará.

A partir do exposto, é evidente nas narrativas dos adolescentes vestibulandos o impacto dos processos seletivos em suas vidas, quando 73% dos entrevistados declararam que tiveram hábitos de vida alterados com a preparação para tais processos. Atividades físicas, sono, interação familiar e lazer tiveram uma nova dinâmica a partir do momento em que esses alunos decidiram concorrer a uma vaga no Ensino Superior. Ademais, a maioria dos eventos estressores pontuados por Lipp (2014) se relaciona a forma como esses adolescentes estão sendo preparados e como visualizam os processos seletivos, não desconsiderando, no entanto, a relevância das demais narrativas que não perneiam estes eventos.

Do total de participantes da pesquisa, 33% já teve contato com um profissional de Psicologia em algum momento de suas vidas, mas não deram continuidade no tratamento proposto, 13% realiza psicoterapia semanalmente ou quinzenalmente e 6% recebeu o encaminhamento para tratamento psicoterapêutico por parte de um médico psiquiatra e aguarda o atendimento público. Os adolescentes que se encontravam na fase de stress de exaustão e que não realizam acompanhamento psicológico foram encaminhados ao SEPSI e todos os alunos participantes receberam informações sobre o funcionamento deste serviço de saúde.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo buscou abordar a manifestação de stress em adolescentes estreitando-a numa esfera pertencente a fase de realização de exames de ingresso ao Ensino Superior. Por meio das diversas leituras e análises do material teórico buscado para subsidiar o trabalho, constatou-se o quão imprescindível faz declarar que não se pode relacionar somente a tal temática a causa dos sintomas manifestados pelos alunos analisados, uma vez que esta relação poderia transformar o que foi construído até então em uma vítima de um ingênuo reducionismo.

Com tal característica, tencionou-se tratar alguns dos possíveis, dentre vários, eventos que ocasionam a manifestação sintomática dos participantes e não imprimir a ideia de que todos eles são atingidos por um mesmo problema. No entanto, pôde-se observar na amostra analisada que os processos seletivos para o Ensino Superior estão presentes nas narrativas relacionadas a diversos eventos estressores.

A metodologia de ensino que os adolescentes estão inseridos conta com a realização de constantes provas e simulados que, como o próprio nome retrata, põe em cheque a capacidade de os alunos serem aprovados tanto na terceira série quanto no ENEM e nos vestibulares. Além disso, a pressão exercida pelos professores para que os alunos tenham êxito parece incomodá-los de certa forma.

No que diz respeito a escolha profissional, o curso de Medicina, opção da maioria da amostra, demonstrou causar ansiedade e insegurança por causa do desacordo entre a capacidade exigida para a aprovação e a competência que os alunos acreditam possuir. Até mesmo seus professores corroboram para que o sentimento de incapacidade apareça nesse momento, ao transmitirem a ideia de que dificilmente serão aprovados estando na terceira série do Ensino Médio.

Semelhantemente, a noção de fracasso para estes adolescentes também faz alusão a entrada na universidade. Para alguns deles, o insucesso consistiu em permanecer muito tempo no cursinho preparatório para que consigam ser aprovados nos processos seletivos, apesar de aceitarem, até certo modo, sua passagem neste sistema de ensino para que logrem da carreira universitária.

Assim, o trabalho apontou, com o diagnóstico da presença de stress na maior parte da amostra pesquisada e de seus relatos sobre o momento que vivenciam, ser demasiadamente importante o debate acerca da inserção de acompanhamento psicológico ao aluno que está percorrendo o Ensino Médio e pré-vestibular. É válido frisar também que os demais atores do contexto escolar, como os familiares e professores, devem ser envolvidos nas possíveis intervenções realizadas, em razão de sua participação ativa no desenvolvimento dos estudantes.

Com base nos dados analisados e nos materiais estudados, constatou-se, ainda, a necessidade de expandir pesquisas que abarquem tanto alunos de colégios privados quanto públicos, já que, a partir de um maior entendimento sobre a preparação para os processos seletivos, psicólogos e demais profissionais poderão trabalhar de forma segura e eficaz, contribuindo substancialmente para essa população.

Ainda no campo científico, a expansão do conhecimento sobre o universo abordado neste estudo pode ser feita, também, por trabalhos acadêmicos de conclusão do curso de Psicologia, já que o campo da educação tem grande importância para a área. No caso do CEULP/ULBRA, os futuros psicólogos têm a possibilidade, ainda, de realizarem estágios específicos em ênfase no âmbito educacional, tamanho o valor que é dado ao tema.

Tendo em vista a demanda trazida por esta pesquisa, o colégio participante deste estudo configura um cenário interessante para a disciplina de Intervenção em Grupos, que está presente na grade curricular da graduação de Psicologia do CEULP/ULBRA e busca compreender a natureza da intervenção grupal em seus diferentes aspectos teóricos, metodológicos, práticos e éticos, intervir em grupos sob enfoque psicossocial e aplicar dinâmicas de grupo.

Com vistas para a promoção de saúde humana, os benefícios das ações executadas por profissionais e estudantes de Psicologia podem ser múltiplos, uma vez que o aluno concluinte do Ensino Médio, estando emocionalmente bem, lucrará com o sucesso acadêmico e a escola assistirá os frutos de seu sistema de ensino. Deste modo, almeja-se oportunizar tanto o bem-estar psicológico, cognitivo, fisiológico e interpessoal dos alunos quanto que eles obtenham resultados assertivos nas provas de ingresso ao Ensino Superior.

## REFERÊNCIAS

ABERASTURY, A.; KNOBEL, M. **Adolescência normal**: Um enfoque psicanalítico; Porto Alegre; Artes Médicas; 1981.

ANDRIOLA, Wagner Bandeira. Doze motivos favoráveis à adoção do Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM) pelas Instituições Federais de Ensino Superior (IFES). **Ensaio: Avaliação em Políticas Públicas em Educação**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 70, p.107-126, mar. 2011.

BARBOSA, Marcel Rocha; SANTOS, Flávia Urbini dos; BARBOSA, Marcel Rocha. Fontes estressoras no paciente com diagnóstico de neoplasia mamária maligna. **Rev. bras.ter. cogn.**, Rio de Janeiro , v. 8, n. 1, p. 10-18, jun. 2012. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S180856872012000100003&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180856872012000100003&lng=pt&nrm=iso)>. Acessos em 26 out. 2017.

BARDIN, Lawrence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70. 2011

BARTALOTTI, Otávio; MENEZES-FILHO, Naércio. A relação entre o desempenho da carreira no mercado de trabalho e a escolha profissional dos jovens. **Economia Aplicada**, São Paulo, v. 11, n. 4, p.487-505, dez. 2007.

BEE, Helen. **O Ciclo Vital**. Trad. Regina Garcez. Porto Alegre: Artmed, 1997.

BRASIL, Ministério da Educação (MEC) Decreto nº 7.824, de 11 de outubro de 2012. **Sisusistema de Seleção Unificada**.

BOHOSLAVSKY, Rodolfo. **Orientação Vocacional**: a estratégia clínica. 11ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

BUSNELLO, Fernanda de Bastani; SCHAEFER, Luiziana Souto; KRISTENSEN, Christian Haag. Eventos estressores e estratégias de coping em adolescentes: implicações na aprendizagem. **Psicol. Esc. Educ. (Impr.)**, Campinas, v. 13, n. 2, p. 315-323, 2009. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-85572009000200014&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-85572009000200014&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 20 out. 2017.

CALAIS, Sandra Leal; ANDRADE, Lícia Márcia Batista de. e LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. Diferenças de sexo e escolaridade na manifestação de Stress em adultos jovens. **Psicol. Reflex. Crit.** [online]. 2003, vol. 16, n. 2, pp. 257-263. ISSN 0102-7972. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-79722003000200005>.

CARVALHO, Vania Brina Corrêa Lima de. **Desenvolvimento Humano e Psicologia**: generalidades, conceitos e teorias. Belo Horizonte: Editora UFMG, 1996. 240 p.

COLL, Cesar; PALACIOS, Jesus; MARCHESI, Alvaro. (orgs). **Desenvolvimento Psicológico** e Educação: Psicologia da educação. Porto Alegre: Artes Medicas, 2004.18 cap. O Que é a Adolescência.

EISENSTEIN, E. Adolescência: definições, conceitos e critérios. **Adolesc. Saúde**. 2005; 2(2): 6-7

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 3. ed. São Paulo: Editora Atlas S.A., 1996.

KRISTENSEN, Chistian Haag et al. Análise da frequência e do impacto de eventos estressores em uma amostra de adolescentes. **Interação em Psicologia**, Curitiba, jun. 2004. ISSN 1981-8076. Disponível em: <<http://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/3238>> Acesso em: 27 out. 2017.

LEVENFUS, Rosane Schotgues. **Faça vestibular com seus filhos, faça vestibular com seus pais**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997.

Lipp, M. E. N. (2004). **Crianças estressadas: Causas, sintomas e soluções**. Campinas: Papyrus

LIPP, Marilda Emmanuel Novaes (Org.). **O adolescente e seus dilemas: Orientações para pais e educadores**. Campinas, Sp: Papyrus, 2014. Disponível em:<<http://ulbra.bv3.digitalpages.com.br/users/publications/9788544900239/pages/5>>. Acesso em: 10 jun. 2017.

LIPP, Marilda Emmanuel Novaes (Org.). **Pesquisas sobre stress no Brasil: Saúde, ocupações e grupos de risco**. Campinas, Sp: Papyrus, 2001.

LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. **Manual do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

NOZAKI, Vanesse Tais; TANAKA, Rafaela Aki. Perfil nutricional e o consumo alimentar de adolescentes participantes do projeto núcleo de prática de atletismo. **Revista Saúde e Pesquisa**, v. 2, n. 3, p. 371-377, set./dez. 2009 - ISSN 1983-1870

PAGGIARO, P. B. S.; CALAIS, S. L. Estresse e escolha profissional: um difícil problema para alunos de curso pré-vestibular. **Contextos Clínicos**, Curitiba, v. 2, n. 2, p. 97-105, dez. 2009.

PEREIRA, Antonio Carlos Amador. **O adolescente em Desenvolvimento**. São Paulo: Harbra, 2005.

PERUZZO, Alice Schwanke et al. Estresse e vestibular como desencadeadores de somatizações em adolescentes e adultos jovens. **Psicologia Argumento**, Paraná, p.319-327, dez. 2008.

ROCHA, Tiago Humberto Rodrigues et al. Sintomas depressivos em adolescentes de um colégio particular. **Psico-USF**, Belo Horizonte, v. 11, n. 1, p.95-102, jul. 2006.

RODRIGUES, Daniel Guzinski; PELISOLI, Cátula. Ansiedade em vestibulandos: um estudo exploratório. **Psiquiatria Clínica**, Porto Alegre, v. 35, n. 5, p.171-177, mar. 2008.

SANTOS, Larissa Medeiros Marinho dos. O papel da família e dos pares na escolha profissional. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 10, n. 1, p.57-66, abr. 2005.

SILVESTRE, Geraldo. (2004). **Vestibular sem sofrimento**: o segredo dos vencedores. Belo Horizonte: Gutenberg.

TRICOLI, Valquiria Aparecida Cintra; LIPP, Marilda Emmauel Novaes. **ESA**: Escala de Stress para Adolescentes. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2005.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS. **Concorrência e nota de corte SISU 2016-2**. Disponível em: [http://www.copese.uft.edu.br/index.php?option=com\\_docman&task=doc\\_download&gid=4886/](http://www.copese.uft.edu.br/index.php?option=com_docman&task=doc_download&gid=4886/) Acesso em: 5 de dezembro de 2017.

## APÊNDICES

## APÊNDICE I

**CENTRO UNIVERSITÁRIO LUTERANO DE PALMAS**

*Recredenciado pela Portaria Ministerial nº 1.162, de 13/10/16, D.O.U nº 198, de 14/10/2016*  
ASSOCIAÇÃO EDUCACIONAL LUTERANA DO BRASIL

**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO- TCLE**

Prezados pais ou responsáveis,

Eu, Fernanda Gomes de Oliveira, estudante do curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Luterano de Palmas – CEULP/ULBRA estou realizando uma pesquisa intitulada “**Sintomas de Stress em adolescentes concluintes do Ensino Médio de uma instituição de ensino privado de Palmas/TO**”, sob supervisão da prof<sup>a</sup>. Dra. Irenides Teixeira. O objetivo dessa pesquisa é identificar o índice de stress em alunos concluintes do ensino médio em uma instituição de ensino privado de Palmas/TO.

Seu/sua filho (a) está sendo convidado (a) a participar desta pesquisa, a qual envolve aplicação coletiva do instrumento psicológico Escala de Stress para Adolescentes (ESA) e uma entrevista semiestruturada, a ser realizadas no Colégio Nabla em de 02 (dois) encontros de aproximadamente 30 minutos cada. A participação nesse estudo é voluntária e caso o seu/sua filho (a) quiser desistir de continuar em qualquer momento, tem absoluta liberdade de fazê-lo.

Durante a coleta de dados, ocorrerá o risco de sentimentos desconfortáveis serem levantados. No entanto, tendo em vista que a pesquisa realizar-se-á por uma acadêmica formanda em Psicologia, levantados esses sentimentos, os estudantes poderão ser encaminhados para acolhimento e/ou acompanhamento psicológico na Clínica Escola de Psicologia (SEPSI) o mais breve possível. Cada participante possui o direito, garantido por Lei, de obter indenização (reparação a danos imediatos ou futuros), decorrentes da sua participação na pesquisa.

No que diz respeito aos benefícios de sua participação, os alunos obterão a oferta gratuita de um momento de escuta facultado pela pesquisadora/estagiária capaz de ouvi-los sem preconceitos, aceitando-os em sua totalidade, com tudo aquilo que trouxeram como conteúdo para o espaço de realização da pesquisa e, ainda, a identificação de uma possível patologia, a qual pode influenciar o desempenho dos alunos nas provas de ingresso ao Ensino Superior, por meio da Escala de Stress para Adolescentes (ESA). Dessa forma, por intermédio do resultado

obtido na Escala, pode-se facilitar o controle adequado para as reações de stress em cada adolescente.

Na publicação dos resultados desta pesquisa, a identidade do participante será mantida no mais rigoroso sigilo. Serão omitidas todas as informações que permitam identificá-lo.

Mesmo não tendo benefícios diretos em participar, indiretamente você estará contribuindo para a compreensão do fenômeno estudado e para a produção de conhecimento científico.

Quaisquer dúvidas relativas à pesquisa poderão ser esclarecidas por mim, pelo fone (63) xxxxx-2220, pela orientadora da pesquisa prof<sup>a</sup>. Dra. Irenides Teixeira (63) xxxxx-8068 ou pelo **Comitê de Ética em Pesquisa** do Centro Universitário Luterano de Palmas- CEP/CEULP (63) 3219-8076.

**Eu \_\_\_\_\_ Consinto com a participação meu filho(a) \_\_\_\_\_ neste estudo e declaro ter recebido uma cópia deste termo de consentimento.**

\_\_\_\_\_  
Assinatura do responsável

\_\_\_\_\_  
Local e data

\_\_\_\_\_  
Fernanda Gomes de Oliveira  
Acadêmica/Pesquisadora

\_\_\_\_\_  
Irenides Teixeira  
Professora Supervisora

## APÊNDICE II

**CENTRO UNIVERSITÁRIO LUTERANO DE PALMAS**

Recredenciado pela Portaria Ministerial nº 1.162, de 13/10/16, D.O.U nº 198, de 14/10/2016  
ASSOCIAÇÃO EDUCACIONAL LUTERANA DO BRASIL

**TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO- TALE**

Você está sendo convidado(a) a participar, como voluntário(a), da pesquisa intitulada **“Sintomas de Stress em adolescentes concluintes do Ensino Médio de uma escola de ensino privado de Palmas/TO”**. Meu nome é Fernanda Gomes de Oliveira, sou a pesquisadora responsável e área de atuação é Psicologia. Após receber os esclarecimentos e as informações a seguir, se aceitar fazer parte do estudo, assine ao final deste documento, que está impresso em duas vias, sendo que uma delas é sua e a outra pertence à pesquisadora responsável. Esclareço que em caso de recusa na participação, você não será penalizado(a) de forma alguma. Mas se participar, as dúvidas *sobre a pesquisa* poderão ser encaminhadas por mim, via e-mail ([fernandapsi311@gmail.com](mailto:fernandapsi311@gmail.com)) e, inclusive sob forma de ligação a cobrar, através do seguinte contato telefônico: (63)98149-2220. Ao persistirem as dúvidas *sobre seus direitos* como participante desta pesquisa, você também poderá fazer contato com o **Comitê de Ética em Pesquisa** do Centro Universitário Luterano de Palmas- CEP/CEULP, pelo telefone (63) 3219-8076.

**1. Informações Importantes sobre a Pesquisa:**

- 1.1. Compreendendo todos os desafios que envolvem a adolescência, dentre eles a conclusão do Ensino Médio, esta pesquisa tem por objetivo identificar o índice de stress em alunos concluintes do Ensino Médio de um colégio particular de Palmas/TO;
- 1.2. A coleta dos dados acontecerá em duas etapas, ambas no espaço físico do Colégio Nablá. A primeira será por meio da aplicação coletiva da Escala de Stress para Adolescentes (ESA). Essa escala se assemelha a um questionário e verifica a existência ou não de stress e a fase em que se encontra em adolescentes dos sexos feminino e masculino, com idades entre 14 a 18 anos. Já na segunda etapa acontecerá uma entrevista individual, com o objetivo de compreender sua história de vida e como você interpreta o momento que está vivenciando. Nesse momento, utilizaremos um

gravador e os dados mais importantes serão transcritos e analisados. Cada etapa levará em média 30 minutos para acontecer;

- 1.3. Durante a coleta de dados, sentimentos desconfortáveis poderão ser levantados. No entanto, tendo em vista que a pesquisa realizar-se-á por uma acadêmica formanda em Psicologia, levantados esses sentimentos, você poderá ser encaminhado para acolhimento e/ou acompanhamento psicológico na Clínica Escola de Psicologia (SEPSI) o mais breve possível. Como benefícios de sua participação, você terá a oferta gratuita de um momento de escuta facultado pela pesquisadora/estagiária capaz de ouvi-lo(a) sem preconceitos, aceitando-o(a) em sua totalidade, com tudo aquilo que trazer como conteúdo para o espaço de realização da pesquisa e, ainda, a identificação de uma possível patologia, a qual pode influenciar o seu desempenho nas provas de ingresso ao Ensino Superior, por meio da Escala de Stress para Adolescentes (ESA). Dessa forma, por intermédio do resultado obtido na Escala, pode-se facilitar o controle adequado para as reações de stress em cada adolescente;
- 1.4. Na publicação dos resultados desta pesquisa, a sua identidade será mantida no mais rigoroso sigilo. Serão omitidas todas as informações que permitam identificá-lo;
- 1.5. Você tem total liberdade de se recusar a participar ou retirar o seu consentimento, em qualquer fase da pesquisa, sem penalização alguma;
- 1.6. Você tem total liberdade de se recusar a responder a Escala ou questões que lhe causem constrangimento durante a entrevista;
- 1.7. Você possui o direito, garantido por Lei, de obter indenização (reparação a danos imediatos ou futuros), decorrentes da sua participação na pesquisa;

Eu, \_\_\_\_\_, inscrito(a) sob o RG/CPF n.º \_\_\_\_\_, abaixo assinado, após a leitura (ou a escuta da leitura) deste documento e ter tido a oportunidade de conversar com a acadêmica pesquisadora responsável, para esclarecer todas as minhas dúvidas, acredito estar suficientemente informado, ficando claro para mim que minha participação é voluntária e que posso retirar este consentimento a qualquer momento sem penalidades ou perda de qualquer benefício. Estou ciente também dos objetivos da pesquisa, dos procedimentos aos quais serei submetido, dos possíveis danos ou riscos deles provenientes e da garantia de confidencialidade e esclarecimentos sempre que desejar. Diante do exposto expresso minha concordância de espontânea vontade em participar deste estudo.

**CONTATOS:**

|   |  |  |
|---|--|--|
| <b>Fernanda Gomes de Oliveira</b><br>Endereço: 204 sul, alameda 3,<br>Lote 3, Palmas/TO<br>Telefone: (63) xxxxx-2220<br>E-mail:<br><a href="mailto:fernandapsi311@gmail.com">fernandapsi311@gmail.com</a> | <b>Irenides Teixeira</b><br>Coord. de Psicologia<br>Telefone: (63) 3219-8068<br>E-mail: <a href="mailto:irenides@gmail.com">irenides@gmail.com</a> | <b>Comitê de Ética em Pesquisa do<br/>Centro Universitário Luterano<br/>de Palmas (CEP/CEULP)</b><br>Endereço: Avenida Teotônio<br>Segurado,<br>1501 Sul Palmas – TO<br>Telefone: (63) 3219-8076<br>E-mail: <a href="mailto:etica@ceulp.edu.br">etica@ceulp.edu.br</a> |
|---|--|--|

Palmas, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_.

---

Assinatura do Participante

---

**Fernanda Gomes de Oliveira**

Acadêmica-Pesquisadora

---

**Irenides Teixeira**

Professora Supervisora

## APÊNDICE III

### ROTEIRO PARA ENTREVISTA

Caro aluno, o intuito desta entrevista é compreender, segundo a sua fala, esta fase de conclusão do ensino médio, a qual você está passando. Para isso, algumas perguntas serão feitas e você tem total liberdade para responde-las ou não, bem como para acrescentar informações que acredita ser importantes. Tudo o que for comentado aqui ficará em sigilo e você não será identificado nos resultados desta pesquisa.

- O que você acha que pode contribuir para o seu resultado na primeira atividade que foi realizada - a Escala de Stress para Adolescentes (ESA)? (Apresentar o resultado obtido)
- Você poderia comentar sobre como está sendo este ano para você?
- Você já definiu qual curso superior deseja fazer? Qual?
- Seus familiares e amigos aprovam a sua escolha?
- Fora o período que você passa no colégio, quais são as outras atividades que você realiza?
- Você precisou abrir mão de hábitos que eram importantes na sua vida neste último ano?
- Você poderia comentar sobre como é a sua relação com a sua família?
- E com seus amigos?
- Você passou por alguma mudança no decorrer deste ano?
- Qual a sua opinião sobre o colégio e seus professores?
- Qual é o seu maior medo hoje?
- E o que mais te agrada?
- Você gostaria de comentar sobre algo que deixei de te perguntar?

## APÊNDICE IV

**Colégio Nabla e Vestibulares**

108 Norte Alameda 2 4A Avenida NS 06  
77006-096 - Plano Diretor Norte - Palmas/TO  
(63) 3225-1716 - CNPJ: 19.486.276/0001-50  
colegionablasecretaria@hotmail.com

**DECLARAÇÃO DE INSTITUIÇÃO COPARTICIPANTE**

Eu, Fabio Rodrigues Martins, abaixo assinado, responsável pela instituição de ensino Colégio Nabla, participante no projeto de pesquisa intitulado: **Sintomas de Stress em adolescentes concluintes do Ensino Médio de uma instituição de ensino privado**, que está sendo supervisionado pela professora Dra. Irenides Teixeira, vinculado ao CEULP ULBRA, **DECLARO** ter lido e concordar com a proposta de pesquisa, bem como conhecer e cumprir as Resoluções Éticas Brasileiras, em especial a Norma Operacional CONEP 001/13, a Resolução CNS 466/2012 e suas complementares. Esta instituição está ciente de suas co-responsabilidades e de seu compromisso no resguardo da segurança e bem-estar dos participantes, dispondo de infraestrutura necessária, para a garantia da realização das ações previstas no referido projeto, visando a integridade e a proteção dos participantes da pesquisa.

Palmas, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2017.

---

FÁBIO RODRIGUES MARTINS  
Coordenador do Colégio Nabla

**ANEXOS**

## ANEXO I

**Resolução disponível no endereço :**

**[https://www.policiamilitar.mg.gov.br/conteudousuario/portal/uploadFCK/crs/File/  
documentos\\_normativos/resolucao\\_02\\_2003\\_cfp.pdf](https://www.policiamilitar.mg.gov.br/conteudousuario/portal/uploadFCK/crs/File/documentos_normativos/resolucao_02_2003_cfp.pdf)**



## **CENTRO UNIVERSITÁRIO LUTERANO DE PALMAS**

*Recredenciado pela Portaria Ministerial nº 1.162, de 13/10/16, D.O.U nº 198, de 14/10/2016*  
ASSOCIAÇÃO EDUCACIONAL LUTERANA DO BRASIL

### **DECLARAÇÃO DO PESQUISADOR RESPONSÁVEL**

Eu, Irenides Teixeira, abaixo assinado, pesquisador responsável envolvido no projeto intitulado: SINTOMAS DE STRESS EM ADOLESCENTES CONCLUINTEs DO ENSINO MÉDIO DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO PRIVADO DE PALMAS/TO, **DECLARO** estar ciente de todos os detalhes inerentes a pesquisa e **COMPROMETO-ME** a acompanhar todo o processo, prezando pela ética tal qual expresso na Resolução do Conselho Nacional de Saúde – CNS nº 466/12 e suas complementares, assim como atender os requisitos da Norma Operacional da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa – CONEP nº 001/13, especialmente, no que se refere à integridade e proteção dos participantes da pesquisa. **COMPROMETO-ME** também a anexar os resultados da pesquisa na Plataforma Brasil, garantindo o sigilo relativo às propriedades intelectuais e patentes industriais. Por fim, **ASSEGURO** que os benefícios resultantes do projeto retornarão aos participantes da pesquisa, seja em termos de retorno social, acesso aos procedimentos, produtos ou agentes da pesquisa.

Palmas, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2017.

---

**Irenides Teixeira**  
Psicóloga- CRP 23/463